

Talvenumber

Sinuga



Lihtne keel on vajalik kõigile

Harvikaigusega last kasvatavad pered vajavad paremat toetust

Oksana Arshynova: „Olen tänulik sellele, et mind ümbritseb soojus ja inimlikkus.“

Eesti Puuetega Inimeste Koda

Loe ajakirja ka veebis: sinuga.epikoda.ee



KOLUMN

3 Juhtkiri | Helen Kask

4 Mis on minu hingel? | Meelis Joost

PERSOON

5 Oksana Arshynova: „Olen tänulik sellele, et mind ümbritseb soojus ja inimlikkus.” | Kristi Rekand

EPIKoja TEGEMISED

8 EPIKoja juhatust ootavad töökad aastad | Helen Kask

13 Meelis Joost: „Järjekindlus ja koostöö viivad sihile” | Helen Kask

VÕRGUSTIK

16 Optimistlike kaksikute rõõm on naeratav klient | Raul Vinni

RAHASTUS

18 Strateegilise partnerluse uue perioodi lävel | Helen Kask

HUVIKAITSE

20 Teekond psüühikahäiretega inimeste huvikaitse katusorganisatsiooni loomiseni | Tauno Asuja

PUUDEGA LAPS

24 Harvikaigusega last kasvatavad pered vajavad paremat toetust | Maarja Krais-Leosk

NÕUSTAMINE

28 Esmane õigusnõustamine kui õigusabi tulemüür | Hille Raud

30 Kuidas on läinud EPIKoja nõustamisteenusel? | Kristi Rekand

HARIDUS

33 Kodulähedase kooli otsinguil — unistusest reaalsuseni | Ave Hüüs

NOORED

35 Trenn kui eluviis ja võimalus tulla toime halvava haigusega | Karoliina Kruusmaa

UUS ALGATUS

38 Vabatahtlik seltsiline pakub abivajajatele lisatuge ja kauneid hetki | Krista Pegolainen-Saar

LIGIPÄÄSETAVUS

40 Lihtne keel on vajalik kõigile | Kerttu Rakke ja Janek Muru

ÜKS PÄEV

43 Eesti Puuetega Inimeste Koja nõuniku argipäev | Mari Puuram

AJALUGU

45 Aastad ja inimesed: invaliidid koduseinte vahel raudse eesriide taga | Eha Leppik





Helen Kask
Sinuga peatoimetaja

Hea lugeja!

► Tere! Minu nimi on Helen ja olen ajakirja Sinuga uus toimetaja. Õigemini... las ma alustan uuesti! Tere! Minu nimi on Helen ja olen taas ajakirja Sinuga toimetaja. Minu käe all sündisid numbrid aastatel 2012–2020, seejärel tegin väikese hinge-tõmbe ja nüüd võtsin teatepulga uuesti üle. Ja mul on seda kõike suur rõõm teha, sest valdkond on mulle tuttav, ja mis peamine – ülioluline.

Aga lisaks värsketele toimetajale on ajakirjas muudki uut. Saame tuttavaks uue EPIKoja juhatusega ning juhatuse esimehega, kelleks on Meelis Joost. Uurime, kuidas sündis psüühikahäiretega inimeste huvikaitse katusorganisatsioon. Räägime Ukrainast sõja eest põgenenud Oksana Arshynovaga tema uuest algusest Eestis. Lisaks tutvume uute põnevate personide ning toredate algatustega puuetega inimeste heaks. Kuid vaatame ka ajas tagasi! Puuetega inimeste valdkonnas pikalt tegutsenud Eha Leppik meenutab järjeloona nii selles kui järgnevatel numbrites, milline oli puuetega inimeste olukord aastakümneid tagasi, ning mil moel oleme jõudnud tänapäeva – sest kes minevikku ei mäleta, see elab tulevikuta.

Tähelepanuväärne on seik, et ajakiri on astunud uude ajajärku ka ligipääsetavuse osas. Koostöös Vaimupuu meeskonnaga on nüüd lihtsasse keelde pandud kõik artiklid. Kokkuvõtted on varustatud spetsiaalse logoga ning need leiab iga artikli lõpust. Nii saavad intellektipuudega inimesed ajakirja sisust veelgi paremini osa. Teisalt usun, et selgest ja lihtsast kommunikatsioonist võivad kõik lugejad. Kuid mis see lihtne keel ikkagi on ja miks on see vajalik? Sellest ja paljust muustki saad lugeda järgnevatel lehekülgedel.

Põnevat lugemist ja teemade avastamist! ●



Avakaanel Ave Hüüs koos perekonnaga. Foto: Maris Sits

AJAKIRJAST

TOIMETUS

Toompuiestee 10 10137 Tallinn
epikoda@epikoda.ee
Tel 661 6629

Ajakiri Sinuga ilmub alates 1994. aastast kaks korda aastas.

Väljaande tiraaž: 1000 eksemplari

Peatoimetaja: Helen Kask
helen.kask@epikoda.ee

Keeletoimetaja: Kristi Kallaste

Trükk: Printall

Väljaandja: Eesti Puuetega Inimeste Koda MTÜ

Lihtne keel: MTÜ Vaimupuu. Tekste on testinud Rapla Hooldekeskuse Vahtra Tugikeskuse kliendid ja tegevusjuhendajad.

Eesti Puuetega Inimeste Koda (EPIKoda) on avalikes huvides tegutsev vabaihendus ja katusorganisatsioon Eestis tegutsevatele puuetega inimeste organisatsioonidele. EPIKoja missioon on puuetega inimeste ja krooniliste haigete elukvaliteedi, ühiskonda kaasatuse ning enese-teostuse võimaluste tõstmine läbi huvikaitse ja koostöö. EPIKoja võrgustikku kuulub 16 piirkondlikku puuetega inimeste koda ning 32 üle-eestilist puudespetsiifilist liitu ja ühendust, lisaks 5 toetajaliiget. Kokku esindab EPIKoda ligi 300 organisatsiooni üle Eesti.

Mis on minu hingel?

Meelis Joost | EPIKoja juhatuse esimees

► „Mis on minu hingel...” on kolumn, kus EPIKoja juhatuse liikmed võtavad sõna mõnel puuetega inimesi puudutaval olulisel teemal, mille pärast nad eriti muret tunnevad.

Nii mõnedki valdkonnad on sellised, mis tekitavad muret ja millele lahenduse otsimisel tahaks kaasa aidata. EPIKoja võrgustiku areng ja hea koostöö on mulle väga oluline. Tihe koostöö organisatsiooni sees ja koostööpartneritega aitab lahendada paljusid mureküsimusi, mis seoses puuetega inimestega parasjagu ette tulevad.

EPIKoda on palju rääkinud, et kohaliku omavalitsuse poolt pakutavad tugiteenused peaksid ole-



Meelis Joost. Foto: Euroopa Majandus- ja Sotsiaalkomitee

ma sarnased kõikjal Eestis. Suures linnas või väikeses vallas elamine ei tohiks mõjutada inimese igapäevast toimetulekut. Praegusajal on meil olemas rida teenuseid nii täiskasvanutele, lastele kui ka nende peredele. Suur mõttekoht on, kuidas teenuseid arendada ja kuidas tagada, et personal, keda kõigi nende teenuste pädevaks osutamiseks on vaja, saaks ka väärilist töötasu. Tänase hinna- ja palgaralli tingimustes on väga tähtis, et nii riik kui kohalik omavalitsus vaataksid kriitiliselt üle määrused, millega sätestatakse eri teenuste osutamise tunnihind. Töö inimestega ei ole ühekordne kulu, see on investering.

Muretsema paneb ka viimastel aastatel levinud olukord, kus puude või töövõime kaotuse korduvhindamisel see inimene, kes elanud juba

aastaid puude raskusastmega, korduvhindamisel oma puudest siiski ilma jääb. Olen kursis, mis loogika alusel sellised otsused valmivad, kuid arvestada tuleks ka inimeste sisetundega. Diagnoosi ja puudega harjumine võtab aega. Paljud ei tötta kroonilise haiguse diagnoosi saades ummisjalu Sotsiaalkindlustusametisse või Töötukassasse, et ennast hinnata lasta, vaid nad peavad enne selle mõttega harjuma. Abivajadus ei peaks sõltuma sellest, kas on puue või mitte. Ent kui puue on juba määratud, tekitab selle äravõtmine enam-vähem sarnase olukorra, kui selle saaminegi – peab harjuma. Peame harjuma elektri kõrge hinnaga, peame harjuma Ukraina sõjaga... Kas sellises olukorras on meile vaja veelgi uusi harjumisi – see on küsimus. Juhul kui puue või selle puudumine ei mõjuta seda, kas inimene saab või ei saa toetavaid teenuseid, siis võiks vastu võtta otsuse, et korduvhindamisel ei hinnata kunagi olukorda lihtsamaks, kui see oli varem. Sellega aitaksime säilitada meie kõigi heaolu taset ning väheneks ka bürokraatia seoses vaiete menetlemisega.

Loodan eelseisva nelja aasta jooksul tugevdada koostööd, tõhustada huvikaitsetegevust, aidata leida vahendeid, et võrgustik areneks ja juurde tuleks uusi aktiviste. Koda on riigi partner, aidates Eesti ühiskonnas kaasa puuetega inimeste õiguste, kõigile ligipääsetava ühiskonna, kaasava hariduse ja paljude teiste teemade edendamisel. Selle koostöö tugevdamine tänases keerulises rahvusvahelises olukorras on suur väljakutse, kuid olen seisukohal, et üheskoos tegutsedes on kõik raskused ületatavad. ●

Minu mure

Meelis Joost on uus EPIKoja juhatuse esimees.

Ta loodab, et järgmiste aastate jooksul läheb puuetega inimeste elu paremaks.

Selleks tuleb paremaks muuta teenuseid, teha koostööd riigi ja omavalitsustega.

Näiteks: valla-valitsus, linna-valitsus, linna-osa-valitsus.



Oksana Arshynova: „Olen tänulik sellele, et mind ümbritseb soojus ja inimlikkus.“

Kristi Rekand | EPIKoja nõustaja

► **“Ma ei ole Eestis kohanud ühtegi negatiivset ega halba inimest, eestlased on soojad ja empaatilised,” tõdeb rinnavähiga võitlust pidav ukrainlanna Oksana Arshynova [42].**

Ehk avaksid veidi oma tausta?

Olen sündinud Ukrainas, kus elasin kuni sõja alguseni 2022. aastal. Lapsepõlvkodu asus külas, meil oli hooliv pere ja lihtsad elutingimused. Ülikooli õppima asudes kolisin linna, omandasin kõrghariduse. Seejärel asutasin oma ettevõtte. Vahepeal olin loonud ka pere, 2014. aastal sündis poeg Nazar. Pärast lapse saamist jäin koduseks. Ettevõtluse lõpetasin majanduslikel põhjustel, perekonda toetas rahaliselt abikaasa. Peresse kuulub ka minu ema, isa suri 2011. aastal.

Meil on väga kokkuhoidev pere, oleme väga lähedased ka sugulastega, meil on palju sõpru ja tuttavaid.

Kuidas sai alguse Sinu raske haigus?

Sain pahaloomulise rinnavähi diagnoosi 2018. aastal pooljuhuslikult. Kord pestes tundsin küll tükki rinnas, aga ei pööranud sellele suurt tähelepanu, kuna üldine enesetunne oli hea, nägin hea välja, tervis oli korras, tegelesin väikese lapsega. Juhtusin tükkist rinnas rääkima sõbrannale, kellel juba oli diagnoositud rinnavähk. Ta ütles, et pean pöörduma kindlasti arsti poole. Kaks kuud hiljem käisingi esmavisiidil, tehti kiiresti uuringud ja sain pahaloomulise rinnavähi diagnoosi.

Ukrainas tuleb maksta kõige eest, sealhulgas uuringute, ravi ja visiitide eest. Alguses arvati, et tegemist on IV astme vähiga ehk eeldati metastaase juba kopsus. Kordusuuringuid tehes selgus siiski, et tegemist on lokaalse vähiga, mis peaks ravimite ja operatsiooniga olema ravitav. Kordusuuringute ja edasise raviga jätkasin juba erakliinikus, mida taas oli soovitanud kogu protsessi eelnevalt läbinud sõbranna. Erakliinikusse läksin, kuna varasema kliiniku puhul oli tekkinud kahtlus ravikvaliteedis.



Oksana Arshynova. Foto: Tauno Asuja

Kellelt raskest diagnoosist teada saades tuge said?

Diagnoosi saades oli esmane tunne, et ma ei taha enam üldse elada, lähen ja viskun esimese auto ette. Abikaasa ja ema toel suutsin ennast koguda ja keskenduda ravimisele. Ka pidin mõtlema poja peale, kes vajab ema, mistõttu suutsin ennast raviks kokku võtta.

Esimeses kliinikus (kus oli algul olnud kahtlus ka IV staadiumi vähile) ei pakutud mingit vaimset tuge. Erakliinikus oli suhtumine hea ja toetav, minu eest hoolitseti hästi, suhtlemine arstiga oli kiire ja järjepidev, sain ka psühholoogilist nõustamist. Ka täpsustus diagnoos just teises kliinikus ehk selgus, et tegemist on II staadiumi vähiga, mida saab ravida. Mällu sööbis arstide poolt korduvalt väljaõeldu, et minu poolt ootamisele ja mõtlemisele kulunud kaks kuud mängisid olulist rolli – varem arsti juurde jõudes olnuks ravi lihtsam ja efektiivsem.

„Diagnoosi saades oli esmane tunne, et ma ei taha enam üldse elada, lähen ja viskun esimese auto ette.“

Palun kirjelda edasist raviteekonda

Ravi erakliinikus kestis rohkem kui aasta ning oli väga kallis. Pere, sõbrad ja tuttavad aitasid pidevalt nii rahaliselt kui ka vaimselt. Abikaasa ja ema aitasid lapsega – abikaasa oli väga mõistev ja toetav, ilma abikaasata poleks ma suutnud ravi läbida. Ravi toimis alguses hästi, ka operatsioon andis hea tulemuse, iga kolme kuu tagant käisin järelkontrollis.

Umbes 1,5 aastat pärast esimest diagnoosimist sain uuesti halva uudise – kasvaja on taas ägenenud, tekkinud on metastaasid kopsudes. Haiguse ägenemisest kuulates oli küll tunne, et enam ei jaksa. Olin nii ise kui ka koos perega aastaid pingutanud, juba oli tekkinud lootus, et haigus on kontrolli all, ravi toimib ja peagi võin normaalse eluga jätkata. See oli emotsionaalselt palju raskem, kuna nüüd tekkis lootusetus. Taas tulid appi perekond, sugulased, sõbrad ja tuttavad; tuttavate seas korraldati isegi korjandus, et minu ravi rahaliselt toetada. Ravi oli väga kulukas: sain keemiaravi ning lisaks alustati sihtmärkraviga, mis on väga kallis. Ka mu välimus muutus kardinaalselt: kaal langes olematuks, endise ilusa ja särava naise asemel olin nagu luu ja nahk. Olin nõrk ja väsinud, tundsin ennast pidevalt halvasti. Vaatamata eelnevale püüdsin säilitada positiivsust, olulist rolli mängis perekond, abikaasa toetas mind pidevalt ja igal hetkel. Tähtis oli ka sõprade ja tuttavate hoolimine, majanduslikult aitasid isegi tuttavate tuttavad. 2022. aastal algas aga sõda ning

minu ravimine muutus väga raskeks, kui mitte isegi võimatuks.

Kuidas Sa Eestisse jõudsid?

Sõda on loomulikult kohutav – terve riik on kriisis, tegemist on hädaolukorraga. Kuna minu tervislik seisund oli väga raske, siis tuli otsida edasisi ravi võimalusi. Tuttava tuttav saatis mulle sõnumi teatega, et Eestis on hea kvaliteediga ravi, ning soovitas siia tulla. Olin alguses igasuguse reisimise vastu. Eesti kohta ei teadnud ma eriti midagi, levisid kuuldused, et eestlased olevat külmad ja reserveeritud inimesed. Ebakindlust süvendas hirm keelekeskonna ees, samuti pelgasin pikka vahemaad. Perekonna ja lähedaste surve otsustasime ema ja pojaga tulla kolmekesi Eestisse, mees jäi kodumaale. Eestisse jõudsimme selle aasta märtsis. Teekond oli aeganõudev ja väsitav, kaasa olime võtnud vaid mõned kotid esmavajalikke asju. Üle piiri jõudes saime kohe abi ja toetava suhtumise osaliseks. Kogu protsess elukoha leidmisel ja ravile saamisel sujus hästi ja kiiresti, inimesed olid väga hoolivad ja mõistvad ning meie hirmud ja eelarvamused osutusid asjatuks. Olin üllatunud, milliste detailideni oli igal pool kõigele mõeldud – elukohas oli juba olemas kõik esmavajalik, saime korralikult süüa, riideid ja muud. Mul oli sünnipäev, mille puhul korraldati pidulik tähistamine restoranis – olin pisarateni liigutatud. Mis kõige olulisem: mulle leiti kiiresti onkoloogi kontakt, pääsesin kohe arsti vastuvõtule ja sain raviga ilma raskusteta jätkata. Kuigi ma ei olnud kodumaalt võtnud kaasa palju asju, olin siiski pistnud kotti paberikandjal haiguslood. Need aitasid asjaajamisel tublisti, tänu neile said arstid kiirelt kätte teabe minu tervisliku seisundi kohta.

Kuidas sujub praegune ravi ja elu üldse?

Poeg õpib Pae Gümnaasiumis. Kooli direktor oli kohe alguses väga toetav ja mõistev. Kooli leidmine oli kerge ja õppetöö alustamine on kulgenud hästi. Nazar käib ka mitmes huviringis; Eestis on väga hästi korraldatud huvitegevus, last toetatakse igal sammul. Nazarile meeldib väga eesti keel, ta õpib seda suure innuga. Paralleelselt õppetööga Eestis õpib ta ka Ukraina e-õppes. Elame jätkuvalt hotellis, mina

käin tehases tööl, teen lihttööd, kolleegid ja ülemused on toetavad. Oma haigusest ma palju ei räägi ja enamus kolleege ei tea mu haigusest midagi, sest kannan parukat või peakatteid. Käin regulaarselt keemiaravil ja loodan, et ravi hakkab ühel hetkel toimima.

„Olen tänulik võimaluse eest olla elus, olla ema ja tütar ning abikaasa.“

Võrreldes ravi Eestis ja Ukrainas, siis suur erinevus on minu jaoks see, kuidas minusse siin ravil olles igal hetkel suhtutakse: ka rasked protseduurid on tehtud inimlikuks ja toetavaks, igal hetkel naeratakse ja märgatakse, lähen ka rasketele protseduuridele naeratus näol ja tänutunne südames. Kliinikus käies tunnen ennast nagu kodus. Minu raviarst on lihtsalt imeline inimene. Olen tänulik sellele, et mind ümbritsevad soojad ja inimlikud inimesed, olen tänulik võimaluse eest olla elus, olla ema ja tütar ning abikaasa.

Sinus peitub nii palju sära ja rõõmu, mida märkasin esmakohatumisel kohe. Kuidas sa sära ja positiivsust hoiad?

Alates märtsis Eestisse tulekust saadik ei ole ma kohanud ühtegi negatiivset ega halba inimest, eestlased on soojad ja empaatilised. Minu jaoks on suurim erinevus sünnimaaga – ma näen ja kogen

siin, kuidas riik oma inimesi toetab. Olgu see siis ravimine või asjaajamine (töövõime või dokumentide vormistamine) – kõik ametnikud on toetavad ja mõistvad, riik püüab kõiges appi tulla ja, mis samuti tähtis, inimese jaoks on palju eluks vajalikke asju (ravi, asjaajamine) kas tasuta või väikese tasu eest.

Tunnen ennast Eestis hoituna nii riigi kui ka inimeste poolt. Loodan väga, et ravi toimib ja saan kord terveks. Ka loodan, et saame perega taas koos olla; suhtlen abikaasaga iga päev, sõda on kohutav ja lubamatu. Mind aitab teadmine, et mul on poeg, kes mind vajab, pean lootma ja uskuma. Kindlasti aitab palju teadmine, et mind ümbritsevad head inimesed, mistõttu ma ei saa alla anda.

„Ma ei taha ega looda palju, olen tänulik väikeste asjade eest, iga hetk olemas olla on väärtus.“

Pea jaksama ja suutma olla tänulik selle eest, mis mulle on antud ja selle ajaga, mis on antud. Olen tänulik võimaluse eest olla elus, saada ravi ja käia tööl ning selle eest, et mu poeg saab õppida ja tegeleda huvitegevusega, et emal on tervis korras ja et mees on elus. Ma ei taha ega looda palju, olen tänulik väikeste asjade eest, iga hetk olemas olla on väärtus. Lähtun põhimõttest – käitu teistega nii nagu tahad, et käitutakse sinuga. Ma ei tea, kas ka Eestis on sarnane ütlus või põhimõte olemas, aga minu olukorras aitab see ellu jääda ja positiivsust säilitada. ●



Oksana Aršõnova

Oksana on ukrainlanna, kes põgenes sõja eest Eestisse.

Tal avastati rinnavähk 4 aastat tagasi.

Eestis sai ta kohe abi ja ravi.

Oksana ütleb, et Eesti teenused on paremad kui Ukrainas, et Eesti riik ja arstid hoolivad inimesest rohkem.

Oksana käib tehases tööl ja saab keemiaravi.

Oksana on tänulik selle eest, et ta on elus, et ta saab olla ema, tütar ja abikaasa.



EPIKoja juhatust ootavad töökad aastad

Helen Kask | Sinuga peatoimetaja

► **Augusti lõpul valiti Eesti Puuetega Inimeste Kojale uus juhatus. Varasemast jätkavad Ulvi Tammer-Jäätes, Kaia Kaldvee, Kairit Numa, Jakob Rosin, Mihkel Tökke ja Helmi Urbalu. Lisaks uuele juhatuse esimehele on koosseisus veel kaks uut liiget – Veronika Allas ja Kadri Palk. Saame juhatusega tuttavaks!**

Kui saaksid olla loom, siis mis loom sa oleksid?

Kairit Numa (KN): Kui ma oleksin loom, siis kindlasti koer, sest koer on mu lemmikloom. Tahaksin olla suurt tõugu, rahuliku loomuga, sõbralik, kuid samas valvas koduhoidev kutsa. Mulle meeldib koera juures tema tingimusteta truudus ja armastus.

Jakob Rosin (JR): Kui ma oleksin loom, siis oleksin kärbes. Tüütu ja pinisev, samas jätkub teda igale poole. Kärbesed saavad vahel niisama suvalises kohas vedeleda ja mitte midagi teha – seda tahaks aeg-ajalt isegi!



Jakob Rosin. Foto: erakogu

Kaia Kaldvee (KK): Mina oleksin vist kass, kes lamaks mõnusalt aknalaua ja naudiks sooja päikesevalgust.

Ulvi Tammer-Jäätes (UTJ): No ma ei tea... Lõvi tähtkujus sündinuna oleksin ilmselt mingi karvane kaslane.

Veronika Allas (VA): Olen kuke aastal sündinud – võin olla pikalt vait ja jälgida toimuvat ning siis anda kogu maailmale teada enda arvamuse...

Mihkel Tökke (MT): Mina oleksin hunt. Mõtluk ja pigem vaikne, kuid tähelepanelik ning alati oma ümbrust jälgiv vastupidav loom.

Kadri Palk (KP): Tahaksin proovida veeta päeva koprana. Mind inspireerivad tema nutikus, ettenägelikkus ja hästi arenenud tajud. Kobras on perekne, rahumeelne ja hea kohanemisvõimega. Tänu tema tegutsemisele saavad mitmed teised, ka haprad ja tundliku eluviisiga liigid, eksisteerida. Tunnen, et tahaksin kopralt nii mõndagi õppida. Lisaks tundub väga ahvatlev ujuda veekogus aasta ringi, ilma et külm hakkaks.

Helmi Urbalu (HU): Tahaksin olla hobune: vastu pidav, kiire, töökas, energiline ja sportlik.

„Kandideerisin EPIKoja juhatusse, sest ...“

UTJ: Tunnen, et suudan esindada kõiki puuetega inimesi, oman suurt kogemust nii organisatsiooni juhina kui ka meditsiini valdkonna eksperdina.

KN: Olen üle 25 aasta töötanud sotsiaalvaldkonnas ja seetõttu hästi kursis puuetega inimesi puudutava temaatikaga nii nende igapäevaeluga toimetulekul kui ka tööhõive osas. Usun, et pikaajaline töökogemus aitab kaasa rääkida erinevates töögruppides ja komisjonides antud teemadel, suurem kogemus on mul erihooletande valdkonnas.



Ulvi Tammer-Jäätes. Foto: erakogu

KK: Minu jaoks on jätkuvalt oluline seista sihtgrupi huvide eest ning tänu pikaajalisele töökogemusele puuetega inimeste valdkonnas loodan abiks olla ka juhatuses.

HU: Kandideerisin sellepärast, et ehk saan olla võrgustikule vajalik. Oluliseks pean koostööd igal tasandil.

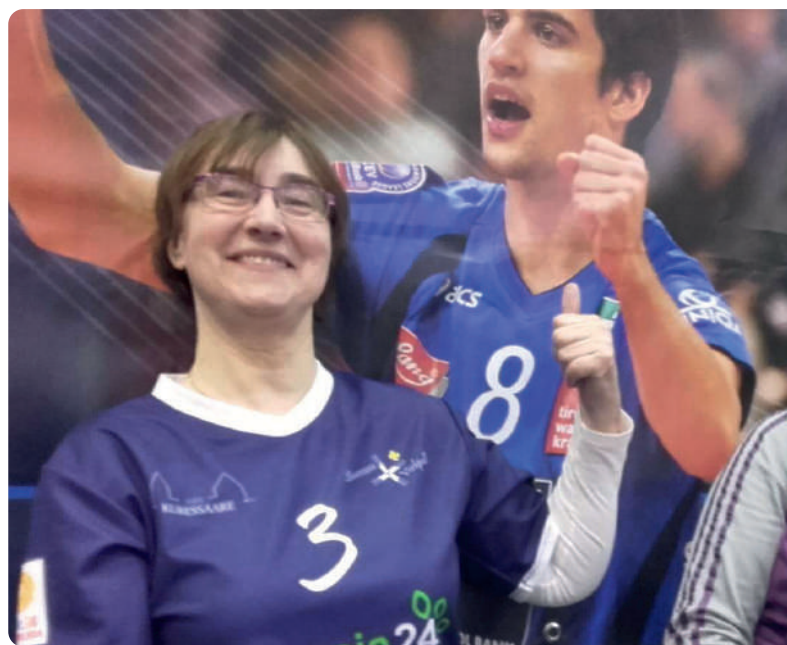
JR: Tunnen, et oskan kaasa rääkida lahenduste leidmisel, mida Eesti puuetega inimeste maastik oma muredele otsib. Lisaks on mul au juhtida üht suurimat koja liikmesorganisatsiooni – Eesti Pimedate Liitu. Ehkki üleriigilised muudatused võtavad sageli palju aega ja vaeva, on neist kasu ja EPIKoda on tugev partner erinevate muutuste elluviimiseks.

MT: Soovin muuta puuetega inimeste ja nende lähedaste toimetulekut Eestis paremaks ja kaotada või leevendada erinevaid takistusi, mis igapäevaelus esineda võivad. EPIKoja võrgustikuga olen seotud alates 2010. aastast, kui alustasin Tallinna Puuetega Inimeste Kojas vabatahtlikuna. Eesti Puuetega Inimeste Koda on suurim ja tugevaim puudega inimeste esindusorganisatsioon Eestis ning selle juhatusse kuulumine on suur au.

KP: Alles hiljuti puuetega inimeste huvikaitse valdkonnas tööle asununa soovin panustada laiemalt. Osalemine EPIKoja juhatuse töös näib olevat hea võimalus enamates temades kaasa rääkida ja seeläbi ka Tallinna Puuetega Inimeste Koda liikmesühingute häält kuuldamaks teha. Arvestades, et Tallinna Koda esindab arvestatavat hulka Eesti puue-

tega inimestest, on igati loogiline, et ka meie koja esindaja kuulub EPIKoja juhatusse.

VA: Kuna saarte (Saaremaa, Hiiumaa, Muhu) elanikest üle 10% on kas osalise või puuduva töövõimega või puudega, siis vajavad nende soovid, mõtted ning ettepanekud ära kuulamist ja lahenduste leidmist ka väljaspool kohalikku omavalitsust. Tegelikult on mured tihti üsna sarnased ja äratundmisrõõmu jagub nii siin kui sealpool Suurt Väina. Kindlasti on vaja saartel elavate inimeste teemad viia kaugemale kohalikul tasandil, andmaks tunde ühisest suurest tervikust.



Veronika Allas. Foto: erakogu

Mida olulist tahaksid puuetega inimeste jaoks ära teha järgmise nelja aastaga?

UTJ: Minu huviks on kindlasti suunatud meditsiin ja krooniliste haigete elujärje parandamine.

JR: Soovin palju ära teha ligipääsetavuse valdkonnas. Eestisse on jõudmas terve hulk ligipääsetavuse alaseid nõudmisi Euroopa Liidust. Selleks, et nõudmised reaalses elus õigesti rakenduksid ja inimestel neist kasu ka oleks, tuleb ligipääsetavuse ekspertidel, puuetega inimestel ja nende esindusorganisatsioonidel teha tihedat koostööd meie igapäevast keskkonda loovate ettevõtetega. Teise nurga alt võttes on minu soov tuua puudega inimeste kujutamine ühiskondlikus teadvuses kaastundest üle kaasamise. Kohates ülikoolis esimest

korda puudega kursusekaaslast, ei tohiks olla kaastudengite esimene mõte, et kuidas ta küll hakkama saab. Vaid pigem tekiks hoopis mõte kaasata ka see tudeng oma projekti, ürituse korraldamisse või lihtsalt teda mõnele peole kaasa kutsuda.

MT: Oma oskuste ja teadmistega soovin panustada peamiselt just erinevate sotsiaalteenuste ja ligipääsetavusega seotud teemadesse. Endiselt on minu jaoks oluline ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni ja selle täitmise seotud küsimused. Aina enam soovivad EPIKoja võrgustiku tegemistega kursis olla inimesed, kes ei pruugi otseselt ühegi organisatsiooni liikmeks astuda.

KP: Soovin seista selle eest, et senisest enam puudega inimesi saaksid omandada meelepärase ja jõukohase eriala ning leiaksid töökoha või vajadusel saaksid eriala vahetada. Juhtida tähelepanu ja seista selle eest, et omastehoolajate hoolduskoormus väheneks täiendavate toetavate teenuste abil ning omastehoolajad saaksid suuremal määral ennast teostada tööturul, pereelus ja mujal. Lisaks



Kadri Palk. Foto: erakogu

teha teavitustööd omastehoolajate koolitamise vajalikkusest. Samuti parandada inimeste teadlikkust täisväärtusliku elu elamise võimalikkusest, sõltumata puude olemasolust.

VA: Minu jaoks on oluline ÜRO Puuetega Inimeste Konventsiooni artiklite ellurakendamise jälgimine Eestis ja edulugude edastamine mee-



Mihkel Tõkke. Foto: erakogu

dias. Puuetega inimestele on kättesaadavad just neile vajalikud töö-, sotsiaal- ja tugiteenused ISTE (isikukeskne teenusmudel) projekti näitel. Lisaks soovin seadustada maakondlike kodade esindajate kuuluvuse volikogude sotsiaalkomisjonides ja aruandluse kohustuse oma maakonna koja liikmesühingutel.

KN: Pean oluliseks avatud, aktiivset suhtlemist ja koostööd nii kohalikes puuetega organisatsioonides, kui ka üle-eestilistes puudespetsiifilistes liitudes ja EPIKojas. Väga oluline on jätkata informatsiooni jagamist liikmesorganisatsioonidele, nende teabepäevade ja koolituste korraldamist. Erilise prioriteedi alla soovin seada juurdepääsetavuse valdkonna ning erinevatel põhjustel passiivsete organisatsioonide toetamise ja nende taaselusdamise teema. Pean oluliseks koja huvikaitsealast tegevust põhikirjaliste eesmärkide täitmisel ja nende ellu rakendamisel.

KK: Puuetega inimeste jaoks on oluline, et neid märgataks ja kuulataks. Ülioluline on see, et puuetega inimestega seotud otsuseid ei tehtaks ilma nende varajase kaasamiseta. Kuna tulekul on erihooletandete reform, siis olen valmis selles valdkonnas kõige enam panustama. Riik plaanib suure osa erihooletandete teenustest anda kohalikele omavalitsustele korraldamiseks. Seetõttu on eriti oluline, et kõik omavalitsused ka selleks kohustuseks valmis oleks ja et reformi käigus ei saaks kannatada hoopis sihtrühm.

Kust ammutad jõudu kõige selle tegemiseks?

JR: Positiivsetest ja rõõmsatest inimestest ning päikesest. Tõsi, viimast on Eestis vähe. Laiemad mureteemad ning lõppematu kriiside laine on ka rõõmsate inimeste ridu veidi kärpinud, aga mis sa teed! Pidi olema ju nii, et ega õnn ja energia sulle ise sulle ei jookse, ise tuleb neid otsida.

VA: Maailma parim kollektiiv ja koostöö – meil on väljakutsed, mitte probleemid!

Vaimustun lastelastest, looduses toimuvast – jälgin rajakaamerast, kes elab metsa sees – elust maal, oma aiast, konnade laulust kevadises tiigis, nastiku roomamisest üle varvaste...

KP: Taastan ja kogun energiat looduses. Iga putukas, samblatutt või oksaraag on imetlemist väärt ja teeb mõtted helgemaks.

KN: Energiat saan oma lähedastelt, kellega püüan võimalikult palju koos olla ja toredaid asju ette võtta. Mulle meeldib looduses viibida, samuti naudin reisimist ja kokkamist. Oma kodu ja kodutunne on mulle väga olulised.

UTJ: Selleks on armastatud töö; perekond, reisimine.

HU: Energiat saan loodusest, lastest, heast seltskonnast, kultuuriüritustest, raamatu lugemisest, eriti meeldib luule.

MT: Saan energiat heast muusikast, looduses liikumisest ja lähedastega ühise aja veetmisest.



Helmi Urbalu. Foto: erakogu

KK: Saan energiat loodusest ja mere ääres jalutamisest. Täidan patareisid puhkusereisidel maa-desse, kus on päikesepaiste ja soe merevesi. Mulle meeldivad lõõgastavad saunad ja hea muusika, mida saab nautida koos pere ja sõpradega.



Kairit Numa. Foto: erakogu

Palun üks hea soovitus puuetega inimeste organisatsioonidele – mis aitaks neil teha head huvikaitsetööd?

UTJ: Pidage meeles, et teie olete omal alal kõige paremad eksperdid ning koostöö viib sihile.

KP: Kuulake teineteist, küsige üksteiselt abi ja nõu, pange seljad kokku – nii on tulemus tugevam ja tõhusam!

MT: Mõelge läbi, kelle jaoks ja kuidas me tegutseme. Kes on need inimesed, kelle heaolu nimel organisatsioon tegutseb, ja kuidas nendeni jõuda? Samuti, kuidas ja kas meie tegevus loob ühiskonnas püsivat muutust? Nii, nagu muutuvad ajaga inimesed, võib olla vaja muuta ka huvikaitsetöö tegevusi organisatsioonis.

KK: Tähtsaim organisatsioonide töös on ikkagi koostöö ja suhtlemine. Kõige otsustavam on kaader, seega – mida avatumad on inimesed, kes töötavad organisatsioonides, seda kergem on teha ka huvikaitse tööd.

KN: Koostöö, koostöö ja veelkord koostöö erinevate organisatsioonide, asutustega, omavalit-



EPIKoja üldkoosolek kogunes 25. augustil juhatuse valimisteks Tammistu mõisas, SA Eesti Agrenska Fondi ruumides.

Foto: erakogu



Kaia Kaldvee. Foto: erakogu

sustega – kõikidega, kes puutuvad kokku puuetega inimestega. Olla positiivne, aktiivne, heatahtlik suunaja, läbirääkija ning teejuht sotsiaalvaldkonnas. Mitte jääda ootama, et keegi meie eest midagi ära teeb ja kõik kätte toob, vaid tegutseda ise ja arendada oma liikmetele teenuseid, mis parandavad nende toimetulekut ja teadlikkust.

JR: Tehke häält! Kui on probleem, tõstatage seda absoluutselt igal pool. Sotsiaalmeedias, ajalehes, telefonikõnedes, e-kirjades, eravestlustes. Kui on mure, öelge seda otse mure põhjustanud asutusele või ametnikule. Ärge eeldage, et keegi teine näeb teie muret ja selle õigesse kohta viib. Nii võib juhtuda, aga ei pruugi. Ja ei, koos murega ei pea sul olema kohe välja pakkuda head lahendusplaani. Selle üle saab pärast arutada, või kutsuda teisigi appi. Aga murest teatamine õigesse kohta on kõige tähtsam.

VA: Olge avatud, nähtavad, teadlikud ümbritsevast ja märgake toimuvat ning toimivat! Suhelge palju, kaasake meedia (k.a sotsiaalmeedia), kaasake vabatahtlikke ja enda tuttavaid, korraldage avatud üritusi (mõeldud kõigile, mitte ainult puudespetsiifikast lähtuvalt), kokkusaamisi, „kodustage“ poliitikuid jms. Rääkige, kirjutage, olge olemas! ●

EPIKoja juhatusel on palju tööd

EPIKoja uue juhatuse liikmed vastavad ajakirja Sinuga küsimustele.

Kõik liikmed soovivad muuta puuetega inimeste elu kergemaks.

Selleks tuleb suurendada ligipääsetavust, jagada infot puute ja haiguste kohta.



Meelis Joost: „Järjekindlus ja koostöö viivad sihile“

Helen Kask | Sinuga peatoimetaja

► Järgmised neli aastat juhivad Eesti Puuetega Inimeste Koda Meelis Joost. EPIKojaga seob teda juba eelnevalt pikk ühine tee. Heidame kiire pilgu minevikku ja uurime ka, mis plaanis lähemas tulevikus.



Meelis Joost. Foto: erakogu

nisatsiooniga ja kas arvate, et sobiksite sinna? Kirjadega tegelemiseks ei olnud kojas kedagi. Nii sain palve hakata arendama välissuhteid. 2001. aastal alustasin osakoormusega kaastööd ja juba 2003. oli tempo kasvanud nii kiireks, et ma jätsin eelmised tegevused maha ja tulingi päriselt kotta.

Küsisin koja juhatuse teistelt liikmetelt, et millise loomaga nad samastuksid või tahaksid samastuda. Milline loom oleksid Sina?

Issanda loomaaed on kirju. Hiina loomamärkide järgi olen metalliga, kuid väga palju oma elus olen koos toimetanud rottidega. See võiks küll tähendada, et tunnen roti meelelaadi hästi, kuid ikkagi suudab see mind vahel üllatada. Seale omistatakse kõiksugu iseloomuomadusi, neist rahumeelsus on niisugune hea joon, mis ka tööalaselt kasu võiks tuua.

Kuidas Sa EPIKotta sattusid?

See juhtus nii, et hakkasin tegema koostööd Tartumaa Puuetega Inimeste Kojaga, täpsemalt nende liikmesorganisatsiooni Sclerosis Multiplexi Tartumaa ühingu kaudu. Kõigepealt oli ühe koostööprojekti kirjutamine, milles osalesid Norra, Rootsi ja Eesti. See tehtud, paluti mind appi korraldama EPIKoja õppereisi. Koda oli juba ostnud laevapiletid Stockholmi sõiduks, et külastada Rootsi katusorganisatsiooni, puudu olid vaid programm ja kokkulepped. See oli 2000. aasta suvel. Tollal ei korraldatud suvekoole praegusel kujul, õppereis oli pigem nagu suvekooli aseaine. Pärast õppereisi hakkasime asju edasi arutama. Kuna oli Euroopa Liiduga ühinemisele eelnev periood, hakkas tulema palju kirju erinevate küsimustega. Mis organisatsioon te olete? Kas soovite liituda Euroopa katusorga-

Kojas olid siis aastatel 2001–2021. Milliste selle perioodi saavutuste üle tunned eriliselt uhkust?

Kõige olulisemaks pean koja rahvusvaheliste kontaktide ülesehitamist, samuti suurte ürituste – konverentside ja seminaride – korraldamist. Võib ju küsida, milleks meile selline ühekordne pingutus? Arvan siiski, et edukalt korraldatud sisuka rahvusvahelise ürituse mõju on tegelikult mastaapne, kuna sellele saab rajada edasise tegevusi. Kindlasti ei oleks EPIKojal praegu sama lihtne mitmeid asju teha ilma varasemate pingutusteta, saavutamaks rohkem tuntutust ja tõsiseltvõetavust.

Toompuiestee tegevuskeskuse rajamise panustasin samuti aktiivselt, ning koostöös EPIKojaga on valminud puuetega laste ja perede nõustamiskeskus Tartumaal Tammistus. Omaette saavutusteks pean ka ligipääsetavuse teema aastate vältel kuumana hoidmist ning panustamist ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsiooni kodanikuühiskonna aruande koostamise protsessi.

Siis käisid korraks ära ja tulid jälle tagasi...

Kojas olin 2021. aasta septembri lõpuni tegev-töötaja, siis läksin Sotsiaalministeeriumisse. Ministeeriumis sain üpris kähku aru, et tegelikult teen paljuski samu tööloike, mida olin teinud kojas. Ühtlasi hakkasin saama palju koja ja fondiga seotud küsimusi, kuni tekkiski äratundmine, et saaksin koda palju paremini aidata ja arendada mitte ministeeriumis, vaid pigem kojas edasi olles.

„Ministeeriumis sain üpris kähku aru, et tegelikult teen paljuski samu tööloike, mida olin teinud kojas.“

Kas tundsid ka teatavat hirmu, konkureerides nii tugeva kandidaadiga nagu Monika Haukanõmm, kellel on pikaajaline kogemus, teadmised ja toetus?

Kui pead silmas seda, et kas kojas oli midagi halvasti, et nõustusin kandideerima, siis seda ei

saa absoluutselt väita. Kojas ei olnud midagi halvasti. Kuna juhtorganitesse valimine on demokraatlik protsess, siis leian, et on vaid hea, kui organisatsioon saab kandidaatide vahel valida. Sain ka väga hästi aru, et kui ma ei osutu valituks, siis nii lihtsalt on.

Oled igapäevaselt töötanud ka eelmiste juhatuste esimeestega. Kuidas Sa nende tööle tagasi vaatad?

Eelmised juhatuse esimehed, kellega mina olen koos töötanud, toimetasid teistsugusel ajal. Helve Luik võitles selle eest, et võrgustik üldse tekiks ja et see oleks omavahel konsensuslik. Monika võttis töösse uued teemad, millega varem ei olnud jõutud tegeleda, nt hariduse. Tema toetus eelkõige Euroopa põhimõttele, et mitte midagi ei tehta puuetega inimeste osas ilma neid kaasamata. See mõtteviis levis paljudesse olulistesse valdkondadesse ja jäi sinna ka püsima. 12 aasta jooksul suutis Monika koostöös koja, tegev-töötajate ja juhatusega tõsta meie valdkonna täiesti uuele tasemele.

„Praegu ei ole enam see olukord, mis oli näiteks Euroopa Liiduga ühinemise alguses, mil meil oli puudus kõigest. Nüüd on vajadused muutunud kitsamaks või konkreetsemaks.“

Käes on 2022. aasta lõpp. Mis on Sinu väljakutse?

Praegu ei ole enam see olukord, mis oli näiteks Euroopa Liiduga ühinemise alguses, mil meil oli puudus kõigest. Nüüd on vajadused muutunud kitsamaks või konkreetsemaks. Meie ülesandeks on neid vajadusi oskuslikult kaardistada ja leida lahendusi olukorra parandamiseks.

Teisalt on koja vaates tarvilik juriidilise pädevuse suurendamine. Isiklikult tahaksin tugevdada ka rahvusvahelist dimensiooni ja neid võimalusi rohkem ära kasutada. Paljudes riikides on tugev puuetega inimeste arengukoostöö. Näiteks on selleks loodud eraldi katusorganisatsioon.

Meiegi oleme seda Tallinna ülikooliga koostöös pisut teinud Gruusia ning Kasahstani suunal kümnekond aastat tagasi. Aga sellest ei ole kujunenud stabiilset teadmiste jagamist ja võib-olla ka teistelt õppimist. Näen, et seda võiks rohkem arendada. Aga see on suur töö!

Kuidas Sa näed võrgustiku toimimist?

Oleme võib-olla justkui liiga harjunud sellega, et kõik on hästi. Meil on tugev võrgustik, kus aeg-ajalt ikka esineb tavapäraseid muresid, näiteks väsis keegi ära või toimub personali vahetus ja saabub mõni uus inimene ning teda tuleb järjele aidata. Oluline on saavutada omavaheline suhtlemine ja arusaamine, et me teeme seda koos ja oleme koos tugevamad. Mitte jääda lootma, et võrgustik on välja kujunenud ja nii ta nüüd töötabki, vaid võrgustiku sisemusel tuleks hoida ikka pidevalt pilk peal ja aidata organisatsioonidel soovitud arengut saavutada.

Oluline on saavutada omavaheline suhtlemine ja arusaamine, et me teeme seda koos ja oleme koos tugevamad.

Võrgustiku vaates on reaalsus, et raha napib ja inimesi ei ole piisavalt ja need vähesed on väsinud. Mida Sa selles osas teha plaanid?

EPIKoja liikmed on kõik iseseisvad MTÜ-d ning meie ei saa sekkuda organisatsiooni loogilisse toimimisse. Kuid päris mitmed organisatsioonid on nende aastate jooksul leidnud oma ridadesse võimekaid tegijaid, mis tähendab, et toimuvad ka muutused. Siiski oleks vaja suurendada kogu võrgustiku rahastamist, sest

väike kasv iga uue rahastusperioodi algamisel on juba suure tõenäosusega inflatsiooni poolt nahka pistetud. Omavahelise koostöö tugevdamine liikmete hulgas aitab kaasa, et leida uusi inimesi. Sellise koostöö toetamiseks on kavas ka EPIFondi kaudu leida vahendeid, mida siis liikmed saaksid koos taotleda.

Spetsialiste on juurde vaja ning usun, et järgmise kolme aasta jooksul suudame leida lisajõude.

Kas plaanid lähematel aastatel koja igapäevastes tegemistes ise kaasa lüüa või eelistad pigem toetada nõu ja jõuga vastavalt vajadusele?

Arvan, et võiksin kotta mõned projektid tuua, mille elluviimise eest ka ise seisaksin. Tegevmeeskonna igapäevatööd ma nende eest ära tegema ei hakka. Samas võin aidata vajadusel mõnda ust avada. Kui vaid oskan ja saan kaasa mõelda, siis loomulikult teen seda. Kojas ju tööpuudust ei teki. Spetsialiste on juurde vaja ning usun, et järgmise kolme aasta jooksul suudame leida lisajõude.

Lõpetuseks üks hea soov puuetega inimeste organisatsioonidele, et nad saaksid oma tööd veelgi paremini teha.

Järjekindlus oma asja ajamises viib sihile. Seega soovin järjekindlust ja kindlameelsust ning ärge unustage, et me töötame koos ning oleme koos tugevad. Soovin kauneid jõule ning kõike head uuel aastal ning jaksu-jõudu järgnevateks aastateks! ●



Meelis Joost: „Järjekindlus ja koostöö viivad sihile“

Meelis Joost on uus EPIKoja juhatuse esimees.

Selles loos räägib ta, kuidas ta leidis tee puuetega inimeste teemade juurde.

Meelis töötas EPIKojas aastatel 2001–2021.

1 aasta töötas ta sotsiaal-ministeeriumis.

Meelis tuli EPIKotta tagasi, sest siin saab rohkem puuetega inimeste heaks ära teha.



Optimistlike kaksikute rõõm on naeratavat klient

Raul Vinni | Sinuga kaasautor

► **Ida-Virumaa Puuetega inimeste koja tegevusjuhendajad Mai Püssi ja Mari Jundase võib hõlpsalt segamini ajada. Pole ka ime, sest kaksikud õed töötavad ühe katuse all.**

„Minult on mitu korda küsitud, kuidas ma nii ruttu oma riided ära vahetasin,“ vihjab Mari, et kaksikutena on neid tööl sassi aetud küll. Seda rohkem küll võõraste poolt, kes nende töökojadega tutvuma tulevad. Mai lisab, et just võõrastega kohtumisel tekitab kaksikute tutvustamine elevust. „Meenub ühe inimese reaktsioon meid koos nähes - ta hüüatas, „Kas neid ongi kaks või?!““

Õe sabas tegevusjuhendajaks

Ida-Virumaale jõudis kõigepealt Mari. Tallinnas sündinud ja kasvanud naise viis elutee pärast abiellumist Ida-Virumaale Jõhvisse, kus ta tänini elab. Ida-Virumaa puuetega inimeste kotta sattus ta tänu juhusele ja tutvustele, nagu elus tihti ette tuleb. Praegu töötab Mari juba 15 aastat tegevusjuhendajana käsitöö alal.

Mai töötas enne puidutöökoja tegevusjuhendajaks hakkamist 24 aastat väikeettevõttes raamatupidajana. Kuna ettevõtte polnud suur, tuli tihti teha ka igasugu muid töid ja uusi asju katsetada. „Õde rääkis, et neil on vaja puidutöökoja juhendajat, ja küsis, kas ma ei tuleks neile tööle. Ma ei mõelnud pikalt,“ räägib Mai, kuidas ta puuetega inimeste kotta tööle sattus. Uus ametikoht oli kui pea ees tundmatus kohas vette hüppamine. Tulevase tööga ei olnud ta varem kokku puutunud rohkem kui vaid õe muljetamise kaudu. „Alguses oli ikka palju õppida,“ meenutab Mai, kes on nüüdseks neli aastat puidutöökojas kliente juhendanud.

Mõlemad õed kinnitavad, et koos töötamine sobib neile, sest nad on ühtlasi head sõbrad. „Tihti on just õde see, kelle käest saab kasulikku nõu,“ ütleb Mari. Kuna õdede huvid on sarnased, siis osatakse üksteise tehtut eriliselt hinnata.



Mai Püssi. Foto: erakogu

Kaksikõde lisab, et kuna nad on alati armastanud asju koos teha, siis tuleb ühise tegutsemise harjumus ka töös kasuks. „Kui ühel tuleb mingi mõte, siis saab sellest meie ühine tegemine,“ ütleb Mai. Õed töötavad suisa kõrvuti tubades, suhtlemine käib kogu aeg iga päev.

Käsitöö ja puidutöö

Mari kirjeldab oma igapäevatööd, öeldes, et tema ülesanne on pakkuda erivajadustega ja töötutele inimestele turvalist ja kaitstud töökeskkonda. „Eesmärgiks on anda baas tekitamiseks neile iseseisvat tööharjumust, mis aitaks siseneda tööturule.“ Mari lisab, et igapäevase töö kõrval õpitakse ka eluks vajaminevaid oskusi. Ta juhendab käsitöö tuba, kus on võimalik õppida kõike, mida saab käsitsi valmistada. Paljusid asju tehakse koos naabritega ehk siis koos õe hoolealustega.

Siinkohal võtab jutujärje üle Mai, teatades, et tema hallatavas puidutöökojas on kõiksugu erinevad puidutööpingid. Koos klientidega tehakse puidust meeneid. Mai kiidab oma töökoda ja selle sisustust, mis võimaldab anda loomingule sõna otseses mõttes vabad käed.



Mari Jundas. Foto: erakogu

Mari toob esile ka tegutsemise Toidupangas, tänu millele aidatakse majanduslikes raskustes olevaid perekondi.

Abistamise rööm

Kaksikute töö teevad nende sõnul eriliseks just kliendid, ehk nagu Mari ütleb: „Nende innukus ja tahe kohale tulla on nii südantsoojendavad!“ Mai toob omalt poolt välja klientide eheda vaimustuse, kui nad on jälle õppinud midagi uut. Selle nägemine paneb silma särama ka juhendajatel.

„Tihti teeb klient seda tööd esimest korda ja pärast ise ka imestab, et asja tõesti valmis sai,“ kirjeldab Mai ja ütleb, et süda hüppab ka siis, kui ta kuuleb, et klient tahaks väga tööle tulla, kuid peab paar päeva kodus olema.

Mari sõnul tuleb klientidele olla mitte ainult tegevusjuhendaja, vaid aidata neid ka eluliste probleemide lahendamisel. „Olla nõuandja, sõber, õpetaja ja eeskuju,“ loetleb ta. Kliendid on väga siirad ja otsekohesed. Juhendajale tuleb kasuks kannatlikkus ning oskus olla oma probleemidest üle.

Kuigi klientidega tegelemine pakub rohkelt röömu, kurvastab Maid ta sõnutsi võimaluste nappus. Tahaks ju selliseid inimesi tunduvalt enam aidata ja pakkuda neile alternatiive panemaks end proovile mitmel erineval viisil.

Mai ja Mari kohta ütlevad kolleegid, et tegu on ääretult optimistlike inimestega. Mari sõnul teeb teda optimistlikuks just töö ise. „Ma armastan oma tööd, sest see on põnev ja loominguline,“ räägib ta. Mari ütleb, et

alati peab olema valmis uuteks väljakutseteks. Viimased nõuavad tihti kõigepealt endal tublisti õppimist, sest alles siis saab õpetada omakorda teisi. „Meil on väike, kuid kokkuhoidev meeskond,“ ütleb ta oma kolleegide kohta Ida-Virumaa puuetega inimeste kojast. Mari kiidab, et talle on suur tugi ka abikaasast.

„Meie töös ümbritseb meid palju toetust ja abi vajavaid inimesi, kelle edusammudest ma suurt röömu tunnen,“ muljetab omakorda Mai. Ta räägib, et on oma elus toetunud kristlikel väärtustel põhinevale vundamendile.

„Rööm on tunda, kui sind vajatakse, ja rööm on näha, kuidas inimesed arenevad, muutuvad iseseisvamaks, leiavad sõpru ja kaaslasi, kellega oma elu, rööme ja muresid jagada ning taas eluga edasi minna,“ kirjeldab Mai seda, mis meele heaks teeb.

Mai sõnul ei tohi unustada, et igaühel tuleb elus ette perioode, kus ei saa üksi hakkama ja kaasinimeste tugi on vajalik. „Ootamatu haigus, tööta jäämine või mõni õnnetus - kõike võib juhtuda,“ selgitab ta. „Ka siis on kindlam tunne abi paluda, kui tead, et ei ole oma parematel päevadel abivajajatest ükskõikselts mööda läinud.“ Mai ütleb, et tema arust ongi elu see, kui inimesed üksteisest hoolivad ja ligimest toetavad.

„Inimeste tänulikule naeratusele ei ole võimalik mitte vastu naeratada, tore on olla röömus ja optimistlik,“ võtab Mai oma töö kokku lihtsate aga tarkade sõnadega. ●



Kaksikud Mari ja Mai

Mai Püss ja Mari Jundas on kaksikud.

Nad on ka parimad sõbrannad.

Neid aetakse tihti segi, kuna nad on ühte nägu.

Mai ja Mari on tegevusjuhendajad Ida-Virumaa Puuetega Inimeste Kojas.

Mai õpetab käsitööd, Mari juhendab puidutööd.

Nad armastavad oma tööd ja kliente.



Strateegilise partnerluse uue perioodi lävel

Helen Kask | Sinuga peatoimetaja

► 2022. aastaga lõpeb puuetega inimeste võrgustiku strateegilise partnerluse kolmeaastane periood. Uurime fondi juhatajalt Eero Kiiplilt, millised muutused ootavad ees rahastuse osas.

Milline on olnud puuetega inimeste võrgustiku senine rahastus?

Puuetega inimeste esindusorganisatsioonide kaasfinantseeritakse tegevustoetuse põhimõttel. Toetussummad arvutatakse igal aastal vastavalt organisatsiooni suurusele ning rahalisele võimekusele. Lõppeval strateegilise partnerluse perioodil suunas Sotsiaalministeerium kolme aasta jooksul puuetega inimeste valdkonda 3,6 miljonit eurot. Huvikaitse töö raskuskese on järjest enam koondunud Eesti Puuetega Inimeste Kotta (EPIKoda), mistõttu on ta ka suurim toetuse saaja.

Strateegilise partnerluse periood on kohe lõppemas. Mis saab edasi?

Läbirääkimiste tulemusena Sotsiaalministeeriumiga oleme jõudnud põhimõttelisele kokkuleppele puuetega inimeste organisatsioonide rahastamise osas järgmisel strateegilise partnerluse perioodil 2023-2025.

Sotsiaalministeerium näeb EPIKoja võrgustiku organisatsioone tugevate partneritena ühiskonna sõlmküsimumustes kaasärääkimisel ning ootab esindusorganisatsioonidelt aktiivset huvikaitset,

osavõttu seadusloomes ning kaasärääkimist ühiskonnas oluliste teemade käsitlemisel. Sotsiaalministeerium eraldab hasartmängumaksu laekumistest Eesti Puuetega Inimeste Fondile kogu valdkonna rahastamiseks järgneva kolme aasta peale 4,4 miljonit eurot.

Kuidas see raha võrgustiku vahel jaotatakse?

EPIFondi nõukogu otsusega läheb võrgustiku organisatsioonidele tegevustoetuseks 3 040 000 eurot, EPIKojale huvikaitse töö raskuskese kandmiseks ja arendamiseks 900 000 eurot. Lisaks rahastatakse puuetega inimeste organisatsioonide arendus- ja koostööprojekte ning psüühikahäiretega inimeste huvikaitset üle 300 000 euroga.

Kas midagi muutub järgmistel aastatel ka taotlemisprotsessis?

Toetuse taotlemise protsess on sarnane eelnevate aastate omaga. Tegevustoetus on suunatud EPIKoja liikmesorganisatsioonidele. Taotlused tuleb esitada elektroonilises keskkonnas. Võrreldes eelneva perioodiga on muutunud natuke toetussummade arvutamise valem. Toetussumma kujunemise

Kuidas arvutatakse toetussummasid?	Puuetega inimeste maakondlikud kohjad	Puudespetsiifilised liidud
Baaskomponent	30%	30%
Lisaraha kaasamine	20%	20%
Liikmesorganisatsioonide arv	15%	15%
Füüsiliste liikmete arv katusorganisatsioonis	30%	30%
Organisatsiooni kodulehe hindamine ja sotsiaalmeedia kanali olemasolu	5%	5%

määravad ära viis komponenti oma osakaaluga (vt tabelit!).

Võrgustik on suur ja 4,4 miljonit ei ole palju ehk raha on alati puudu. Mida teha?

Kuigi kogu valdkonna rahastus on mõõdukalt tõusnud, ei kata see vajadusi. Samuti võib iga organisatsiooni nominaalne toetussumma kõikuda aastate lõikes sõltuvalt tulemuslikkusest.

Huvikaitse põhiraskus liigub järjest rohkem EPIKojale, mistõttu peame kohandama ka valdkonna finantseerimist. Organisatsioonid, kes kasutavad EPIFondi poolset rahastust pigem platvormina ja ühe toena oma tegevusele, suudavad luua tugevamaid koostöösidemeid teiste organisatsioonide ja rahastajatega ning on elujõulisemad kui need ühendused, kes loodavad vaid EPIFondi-poolsele rahastusele. Võrgustikust pärineb häid näiteid, kus kasutatakse ettevõtete toetusi, liikmemakse ning eraisikute annetusi. Selliste võimaluste leidmise väärtus peitub ühtlasi laiemate koostöösidemete loomises.

Millised on Sinu kui EPIFondi juhi soovitusel rahaliste vahendite planeerimiseks ja kasutamiseks?

Riigipoolse avaliku rahaga käib kaasas ka riigipoolne ootus. Eelkõige oodatakse puuetega inimeste aktiivset kaasärääkimist ühiskonna valupunktides. Lisaks soovitan kaasata tegevustesse ja ka juhtimisse noori energilisi inimesi. Organisatsioonid peaks suutma anda edasi teatepulga ka järgmisele põlvkonnale. Oluline on, et organisatsiooni juhtimine oleks laiapõhjaline ning juhatus aktiivne. Kui kõik kohustused kuhjuvad vaid ühe inimese õlgadele, siis kipub läbipõlemine saabuma kiiresti.

Fondi poolt oleme üritanud bürokraatlikud kohustused viia võimalikult väikeseks. Ehkki meie roll on abistada ja toetada, tuleb sellegipoolest kõigil pidada kinni nii taotlemise kui ka aruande kuupäevadest ja toetuse kasutamise reeglitest.

Millised väljakutsed seisavad veel ees?

Valdkonnas tervikuna näeme järjest rohkem esile kerkimas puuetega inimeste digipädevuse probleemi. Enamus riigiteenuseid on digitaalselt kättesaadavad, kuid kahjuks paljud puudega inimesed kipuvad digiriigist maha jääma. Seda probleemi tuleks rohkem teadvustada. Peame hoidma aktiivsena dialoogi valdkonna rahastamise põhimõtete üle. Lisaks on juurde tekkinud uusi organisatsioone, kelle vajadusi püüame samuti silmas pidada. ●

Mis on EPIFond?

SA Eesti Puuetega Inimeste Fond (EPIFond) on riigi sihtasutus, mille eesmärgiks on rahaliste vahendite kogumise ja jaotamise abil suurendada puuetega inimeste ligipääsu ühiskonnale. Põhiliseks töösuunaks on Eesti Puuetega Inimeste Koja võrgustikku kuuluvate esindusorganisatsioonide rahaline toetamine. EPIFond toetas aastal 2022 üle viiekümne puuetega ja psüühikahäiretega inimeste organisatsiooni kogumahu 1 200 000 eurot. Sellega loodame tagada, et sihtgrupi arvamus ja seisukohad oleksid esindatud, seadusloome arvestaks puuetega inimestega ning puuetega inimesed saaksid kaasa rääkida olulistes ühiskonna sõlmküsimustes.

Valdkonda rahastatakse strateegilise partnerluse raames Sotsiaalministeeriumi poolt hasartmängumaksu laekumistest.

Raha puudeühingutele

3 aastat tagasi sõlmisid omavahel lepingu EPIFond ja Sotsiaalministeerium.

Sotsiaalministeerium andis raha, EPIFond jagas seda EPIKoja liikmetele.

Ka järgmistel aastatel saavad need organisatsioonid, kes on EPIKoja liikmed, oma tegevuseks raha taotleda.

EPIFondi juhataja Eero Kiipli soovib, et olulistel teemadel räägiks rohkem ka puuetega inimesed.

Ta soovib kaasata noori ja energilisi inimesi.



Teekond psüühikahäiretega inimeste huvikaitse katusorganisatsiooni loomiseni

Tauno Asuja | EPIKoja nõunik

► EPIKoja nõuniku Tauno Asuja sõnul on Eestis puudust tuntud psüühikahäiretega inimesi ja nende lähedaste ühinguid koondavast katusorganisatsioonist. Varem on küll olnud üksikuid katsetusi taolisele katusorganisatsioonile elu sisse puhuda, kuid kahjuks ei ole need püüdlused seni vilja kandnud. Läbimurre saabus 2022. aasta sügisel.

Sotsiaalministeeriumi strateegilise partnerluse raames alustas Eesti Puuetega Inimeste Koda 2020. aasta hakul tööd, viimaks ellu neli aastat kestvat projekti, mille eesmärk on võimestada ja koordineerida psüühikahäiretega inimesi ning nende lähedasi koondavate organisatsioonide huvikaitse-alast tegevust ning aidata luua vastavat katusorganisatsiooni. Projekti laiem eesmärk on psüühikahäiretega inimeste ja nende lähedaste õiguste kaitsmine ning huvide esindamine üleriigilisel tasandil.

Huvikaitse töögrupp

Projekti käigus kutsuti ellu psüühikahäiretega inimeste huvikaitse tööühm, milles osalevad valdkonnas tegutsevate MTÜ-de või seltsingute eestvedajad, kes soovivad kursis olla ja kaasa rääkida projekti tegevuste ettevalmistamisel ja läbiviimisel. Tööühma kohtumised toimuvad vähemalt kuus korda aastas ja neil kohtumistel on kogu projekti vältel lõõnud aktiivselt kaasa terve rida organisatsioone: Haabersti Klubimaja, Heaolu ja Taastumise Kool MTÜ, Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühing, Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumine, Eesti Psüühikahäiretega Inimeste Toetajate Ühendus, MTÜ Elu Dementsusega, MTÜ Hingerahu, Eesti ATH Liit, Eesti Puuetega Naiste Ühenduste Liit, Söömishäirete Liit, Kogemusnõustajate Koda ja mitmed teisedki.

Valdkonna ühingute kaardistus

2020. aastal viisime läbi psüühikahäiretega inimeste või haigusest taastujate ja lähedaste MTÜde, seltsin-

gute ja rühmade kaardistuse, mille põhjal valmis esialgne nimekiri valdkonna MTÜdest ja seltsingutest, kes on üles näidanud huvi liitumaks katusorganisatsiooniga.

Põhijäreldused kaardistuse tulemustest:

- ◆ Vajadus psüühikahäiretega inimeste/taastujate ja nende lähedaste katusorganisatsiooni järele on suur nii sihtgrupi enda kui ka spetsialistide arvates.
- ◆ Peamised panustajad saaks olla taastujad/kogemusnõustajad/lähedased, kuna aktiivse haigusega inimesel on fookus mujal.
- ◆ Katusorganisatsiooni moodustava võrgustiku liikmete jõustamisel on oluline roll eestkostjatel ja tugiteenuste osutajatel.
- ◆ Katusorganisatsiooni ja liikmete jõuõlg ei tohiks kalduda spetsialistide poole, kuid spetsialistide kaasatus on oluline.
- ◆ Mitteformaalsete seltsingute või rühmade ning eriti haavatava sihtrühma osa (nt akuutsed haiged, eestkostetavad) esindatuseks on vaja leida sobiv mudel.
- ◆ Ühingute võrgustiku jätkusuutlikkust silmas pidades on oluline lisaks huvikaitsetööle osutada teenuseid sihtgrupile.

Vaimse tervise e-mõttetalgud

Projekti käigus läbi viidud vaimse tervise e-mõttetalgute eesmärk on olnud ühise aruteluruumi loomine laiemale inimeste ringile, kes on huvitatud psüühikahäiretega inimeste ja nende lähedaste huvi-



10. oktoobril, ülemaailmsel vaimse tervise päeval, toimus EPIKojas Eesti Psüühikahäiretega Inimeste ja Lähedaste Huvikaitse Liidu (EPILL) asutamiskoosolek. Foto: erakogu

de ja õiguste edendamisest Eestis. Käesolevaks hetkeks on toimunud kolm e-mõttetalgut, millest igapähe on osalenud keskmiselt üle 40 taastuja, psüühikahäirega inimese, pereliikme, kogemusnõustaja, valdkonna MTÜde eestvedaja ja spetsialisti.

Igal e-mõttetalgul on olnud oma kindel fookus: kuidas kaitsta psüühikahäirega inimeste huvisid, kuidas psühhiaatrid ja patsiendid saaksid veelgi paremini koostööd teha, ning kuidas toetada tööandjaid ja jõustada psüühikahäiretega inimesi, et suurendada sihtgrupi kaasatust tööturul.

Mõttetalgutelt kogutud osalejate sisendi oleme edastatud valdkonna partneritele (Eesti Psühhiaatrite Selts, Töötukassa, Sotsiaalministeerium jt) ning samuti on see väärt materjal uuele valdkondlikule katusorganisatsioonile tegevuskava koostamisel. Mõttetalgute läbiviimine jätkub ka järgmisel

aastal uue katusorganisatsiooni eestvedamisel, võttes fookusesse mõne valdkonnas aktuaalse teema.

Välisriikide hea praktika

Üks võtmetegureid projekti õnnestumiseks on tutvuda heade praktikatega teistest riikidest, kus sarnased katusorganisatsioonid on pikki aastaid edukalt tegutsenud. Algul projekti tegevuskavas planeeritud õppevisiiti Soome tuli seoses koroonaviiruse levikuga pidevalt edasi lükata, küll aga õnnestus selle asemel läbi viia huvikaitse töörühmas osalejatele neli virtuaalset õppekohtumist Taani, Belgia, Rootsi ja Norra psüühikahäiretega inimeste katusorganisatsioonide esindajatega. Kohtumistelt jäid kõlama huvikaitsega seotult järgmised murekohad: liikmesorganisatsioonide passiivsus, psüh-



Psüühikahäiretega inimeste huvikaitse töörühma delegatsiooni kohtumine Soome Vaimse Tervise Kesksliidu esindajatega juunis 2022. Foto: erakogu

hiaatrilise abi ebapiisav kättesaadavus, tervishoiutöötajate suhtumine psüühikahäiretega patsientidesse, raviteekonna killustatus ning lähedaste läbi põlemine.

Käesoleva aasta suvel õnnestus teha töörühma esindajate kahepäevane õppevisiit Soome, Helsingi piirkonda. Peamised teemad, mis erinevate organisatsioonide külastustest kõlama jäid, puudutasid madala läve keskuste, kogemusnõustajate ning vabatahtlike kaasamise olulisust ning sihtgrupi esindajatele esitatavaid väljakutseid selle nimel, et vaimse tervise probleemidega inimesed saaksid õigel ajal psühhiaatrilist abi.

Huvikaitse koolitused

Võimestamaks ühinguid sihtgrupi huvide eest seismisel, oli projekti käigus planeeritud läbi viia erinevaid koolitusi. 2021. aastal õpiti koostama projektitaotlust ning mõistma tugirühma kui meetodit psüühikahäirega toimetulekuks ja taastumiseks. Lisaks tutvuti lähemalt mittetulundusühingu stra-

teegilise juhtimisega ning kommunikatsiooni osas viidi end kurssi avaliku esinemisega, samuti ajakirjandusega suhtlemise põhitõdedega. Käesoleval aastal toimunud koolitusel võeti fookusesse mittetulundusühingu liikme ja juhatuse liikme õigused ja kohustused, lisaks koostöö.

Katusorganisatsiooni loomine

Tänu eelnevalt kirjeldatud tegevustele osutus võimalikuks see, et projektis osalevad valdkondlike ühingute esindajad asutasid käesoleva aasta 10. oktoobril, ülemaailmsel vaimse tervise päeval Eesti Psüühikahäiretega Inimeste ja Lähedaste Huvikaitse Liidu. Oma eesmärkide ellu viimiseks on katusorganisatsiooni esindajad kokku leppinud seitse peamist tegevussuunda:

- ◆ koondada ja jagada infot psüühikahäiretega inimesi ja nende lähedasi puudutavate õiguste, teenuste ja taastumisvõimaluste kohta;
- ◆ toetada psüühikahäiretega inimesi ja nende lähedasi, seista nende huvide eest ning tagada

neile parem elukvaliteet elanikkonna harimise kaudu;

- ◆ tõsta teadlikkust psüühikahäiretest ühiskonnas, sh ennetamisest ja tekkemehhanismidest;
- ◆ kaasa rääkida psüühikahäiretega inimeste ja nende lähedaste heaolu toetavas seadusloomes;
- ◆ olla tunnustatud partner riigile, kohalikele omavalitsustele ja teistele vaimse tervise teemadega tegelevatele organisatsioonidele;
- ◆ seista teenuste ja ravi kättesaadavuse ning kvaliteedi eest;
- ◆ seista psüühikahäiretega inimest ja nende lähedasi väärtustava sõna- ja keelekasutuse ning väärtushinnangute eest.

Projekti eelarvesse on planeeritud katusorganisatsiooni esimese tegevusaasta kuludeks vajalik

finantsressurss, mis võimaldab turvalist käivitusperioodi ning fookuse hoidmist organisatsiooni strateegia ja sisuliste teemade planeerimisel ning elluviimisel. Soovime EPIKOja poolt jõudu ja edu uutele esindusorganisatsiooni eestvedajatele! ●

*Psüühikahäire all mõistetakse antud projektis psüühilisi haigusi (nt meeleoluhäireid sh depressioon ja bipolaarne häire), psühhoatilisi häireid (sh skisofreenia), ärevushäireid (sh paanikahäire, üldistunud ärevushäire, obsessiiv-kompulsiivne häire, foobiad), söömishäireid, isiksusehäireid ja sõltuvushäireid. Projekti kontekstis ei hõlma mõiste psüühikahäire intellekti- ehk vaimupuuet.

Eesti Psüühikahäiretega Inimeste ja Lähedaste Huvikaitse Liidu (EPILL) juhatuse liige Lenne Lillepuu katusorganisatsiooni asutamisest:

„On märgilise tähtsusega, et just ülemaailmsel vaimse tervise päeval saime paika huvikaitse nurgakivi. Vaimne tervis on globaalne prioriteet ning sellest tulenevad probleemid on väga kompleksed ning halvendavad inimeste elu ja töö kvaliteeti. Meid on ees ootamas mitmekesised väljakutsed, et teadvustada selle valdkonna olulisust Eesti rahva hulgas ning kaitsta inimeste huve, kes on juba kimpus vaimse tervisega. Ainult üheskoos töötades suudame mõjusalt tegutseda ning reaalseid samme astuda.“

Eesti Psüühikahäiretega Inimeste ja Lähedaste Huvikaitse Liidu e-posti aadress: mtu.epill@gmail.com

Psüühika-häiretega inimestele loodi uus organisatsioon

10. oktoobril, vaimse tervise päeval, loodi Eesti Psüühikahäiretega Inimeste ja Lähedaste Huvikaitse Liit.

Sellesse liitu kuuluvad psüühika-häiretega inimeste organisatsioonid.

See liit loodi selleks, et:

- ◆ jagada infot psüühiliste haiguste kohta;
- ◆ kaitsta psüühikahäiretega inimeste huvisid, et nad saaks just sellist ravi ja teenuseid, nagu nad vajavad;
- ◆ toetada tööandjaid, et nad võtaksid tööle ka psüühikahäirega inimesi;
- ◆ innustada psüühikahäirega inimesi, et nad tahaksid tööle minna;
- ◆ et psühhiaatrid ja patsiendid saaksid veelgi paremini koostööd teha.



Harvikaigusega last kasvatavad pered vajavad paremat toetust

Maarja Kraiss-Leosk | EPIKoja tegevjuht

► 2022. aasta kevadel kaitses Maarja Kraiss-Leosk Tallinna Ülikoolis magistritöö „Raske või sügava intellektipuudega harvikaigusega last kasvatavate perede olukorrast Eestis. Ettepanekud harvikaigusega last kasvatavate perede toetamiseks.“ Allpool annab autor ülevaate uuringu käigus ilmnunud olukorrast.

Puuetega lastega seotud probleeme ja perede toimetulekut on ka varasemalt uuritud, kuid seni ei ole Eestis raske või sügava intellektipuudega harvikaigusega last kasvatavate perede olukorrale tähelepanu pööratud. Samas on oluline saada infot, teadvustada perede olukorda ning pakkuda varakult asjakohast tuge. Õigeaegne ja asjakohane abi aitab perele tagada võimalikult tavapärase toimimise, tõhusama osalemise töö- ja ühiskonnaelus, võimaldab tegeleda pere teiste lastega, toetab kogu pere vaimset ja füüsilist tervist ning palju muudki. Teaduse arenedes avastatakse nii uusi haruldasi haiguseid kui ka diagnoositakse paremini juba varem avastatud tõbesid. Eestis on diagnoosimisvõimalused vajajatele kättesaadavad ning peredele tuleb tagada diagnoosi saamisel ja edasises elus igakülgne tugi ja abi.

Mis selgus?

Uuringus osales 46 lapsevanemat, kelle lapsel või lastel oli diagnoositud harvikaigus ning sellest tingitult raske või sügav intellektipuue. Valdav osa lapsevanematest on kurnatud, nad on mures harvikaigusega lapse õdede-vendade vaimse ja füüsilise tervise pärast, sageli ei taju nad end kogukonda ja ühiskonda kaasatuna ning tunnevad piinlikkust omastehooldaja rollis olemise ja lapse erivajaduse pärast. Sotsiaalteenused ei ole laste arengu toetamiseks ja perede abistamiseks piisavalt kättesaadavad. Probleemiks on ka infopuudus ja kesine juhtumikorraldus. Lapsevanemad hindavad oma lähedaste ja teiste puudega laste vanemate tuge ning suur osa on valmis osalema tugigruppide töös.

Mõned punktid, millega edasi minna

Magistritöö tulemusena tegin raske või sügava intellektipuudega harvikaigusega last kasvatavate perede toetamiseks mõned ettepanekud.

1. Poliitikakujundus peab lähtuma inimesest ja tema vajadustest, seega ka perest ja pere vajadustest. Kuigi sotsiaalhoolekande seadus seab abi osutamise üheks printsiibiks inimese vajadustest lähtumise, on nii eelnevad kui ka praegune uuring tõestatud, et praktika ei ole seadusega kooskõlas ning inimesed ei saa oma vajadustele vastavas mahus teenuseid ja muud abi. Siinkohal on oluline pöörata tähelepanu inimeste teadlikkuse tõestamisele ja võimaluste loomisele, mis aitaks inimestel oma õiguste eest seista, vajadusel kohtu poole pöörduda ning kohtupraktika kaudu teenuste korralduse, vajaduse tuvastamise ja osutamise praktikat muuta. Üks moodus selleks on keskse KOV ja SKA korraldatavate teenuste temalisi otsuseid ja vaidluseid puudutava tasuta õigusnõustamise, sealhulgas menetlusliku toe, pakkumine.





Harvikaigusega laps koos isa ja vennaga poniga sõitmas. Foto erakogu.

2. Teenuste sisu, maht, kvaliteet ja kättesaadavus mängivad kesket rolli perede toimetulekus, heaolus ja ühiskonda kaasatuses. Seega on tege mist hoolduskoormuse vähendamisel kriitilise tähtsusega valdkonnaga, mis peab muutuma teenusevajajatele kättesaadavaks ja seda mahus, mis perede jaoks tarvilik on. Eesmärk on võimaldada lapsevanematele tööl käia, aga samuti tagada õigus veeta aega pere teiste lastega, tegeleda eneseteostuse, enda vaimse ja füüsilise tervise hoidmisega ning osaleda kogukonna- ja ühiskondlikus elus. KOV tasandil tuleb kindlustada puudega lastele ja nende peredele kvaliteetsete sotsiaalteenuste kättesaadavus vajalikus mahus. Erilist tähelepanu tuleb pöörata tugisikuteenusele, lapsehoiuteenusele ja intervallhoiuteenusele.

3. Kuivõrd tugisikuteenusel osutus uurimuse vastustes olema põhitähtsus, tuleb riigi poolt (Sotsiaalministeerium) keskenduda teenuse arendamisele ning ühtse praktika kujundamisele. Teenus on KOV vastutusallas, kuid see ei tähenda, et ei ole vaja ühtseid juhiseid ja suuniseid. Lisaks on ettepanek muuta nõudeid tugisikuna töötada võivale inimesele: hetkel ei tohi teenust osutada inimene, kes on lapse esimese või teise astme üleneja või alaneja sugulane. Arvestades laiaulatuslikku tugisikute puudust ning arvestades, et vanavanemad on tööturul aktiivsed vähemalt vanaduspensionieani, kui mitte kauem, tuleb eemaldada seadusest piirang teise astme sugulaste kohta.

4. Arvestades, et ligi 3/4 vastajatest on tarbinud teenuseid omavahenditest ning toonud siin plusidena välja paremat kvaliteeti, võimalust valida ise teenuseosutajat ja sobivamaid teraapiaaegu, on mõistlik rangelt reguleeritud teenusesaaja ja teenuseosutaja suhte juurde lisada võimalus perel ise oma sotsiaalse rehabilitatsiooniteenuse eelarvet juhtida ja sobivate teenuseosutajate juures teenust saada. Süsteem võib baseeruda näiteks *voucher*-ite-põhisel teenuse tarbimisel SKA-poolse eelkontrolli läbinud asutuste juures.

5. Sotsiaalse rehabilitatsiooniteenuse osutamise puhul on oluline integreerida teenuste osutamine haridusasutuse igapäevakavasse. Nagu uurimusest selgus, ei ole vanematel sageli võimalik tööpäevadel last teraapiatesse sõidutada, samuti ei sobi teenuse osutamise ajad ja kohad. Lapse ja pere, aga ka ressursside säästliku kasutamise vaatest on vajalik osutada teenuseid lapse tavapärasel päevases keskkonnas ning moel, mis ei sunniks peresid tegelema tööpäeva vältel lapse transportimisega.

6. Uurimistulemused kinnitasid lapsevanemate infopuudust, sealjuures ka info üleküllusest tekkinud infopuudust. Kurvastavalt paljud lapsevanemad tunnevad puudust terviklikust nõustamisest ja info jagamisest, kuigi seda peaksid tegema nii kohaliku omavalitsuse sotsiaalala töötaja kui ka rehabilitatsiooni meeskonna sotsiaaltöötaja. Ettepanek on luua keskne, koordineeritud uuendatav ja püsivalt toimiv tsentraliseeritud infoportaal, kust puudega laste pered saaksid kogu vajaliku info kätte.

7. Toetada keskselt ja koordineeritud tugigruppide loomist, kooskäimist, koospüsimist ja jõustamist, sealhulgas pidada silmas eraldi nii isasid kui ka õdesid-vendi. Lapsevanemad ei ole sageli ise sellises psühholoogilises seisus, et gruppide teket initsieerida. Tugigruppide võrgustiku koondamine ja info keskne koordineerimine võiks olla üks ühtse infoportaali funktsioonidest.

8. Vaimse ja füüsilise tervise hoidmine on inimese täisväärtusliku elu alus. Uurimuses osalenud perede puhul seab hoolduskoormus sageli piirangud, mis takistavad enda tervise peale mõtlemist. Ka siin peab olema abiks toetussüsteem näiteks tugiisikuteenuse näol, mis poleks piiritletud ainult tööajaga ning töölkäimise võimaldamisega.

9. Kolmandik lapsevanematest tunneb piinlikust oma lapse erivajaduse ja enda omastehooldaja rolli pärast, 2/3 ei tunne end omastehooldajana väärtustatuna. Omastehooldaja rolli väärtustamiseks tuleb nii avaliku sektori kui huvikaitseorganisatsioonide poolt tegeleda teavitustöö ja teadlikkuse tõstmisega. Riik ja kohalikud omavalitsused peavad omastehooldajaid väärtustaval moel toetama, pakkudes abi inimväärseks äraelamiseks, puhkuseks ja toimetulekuks.

10. Ehkki sotsiaalsektoris töötades tundub, et puuetest, erivajadustest, erinevustest, empaatiast, kaasamisest ja võrdsest kohtlemisest räägitakse palju, selgus, et teadlikkuse tõstmisesse tuleb panustada. Seega on oluline nii avaliku sektori, huvikaitseorganisatsioonide kui ka teiste osapoolte ja partnerite koostöös teha kampaaniaid, infojagamist ning tööd ühiskonna arendamisel muutmaks hoiakuid ja suhtumist ning vähendada stigmatiseeritust.

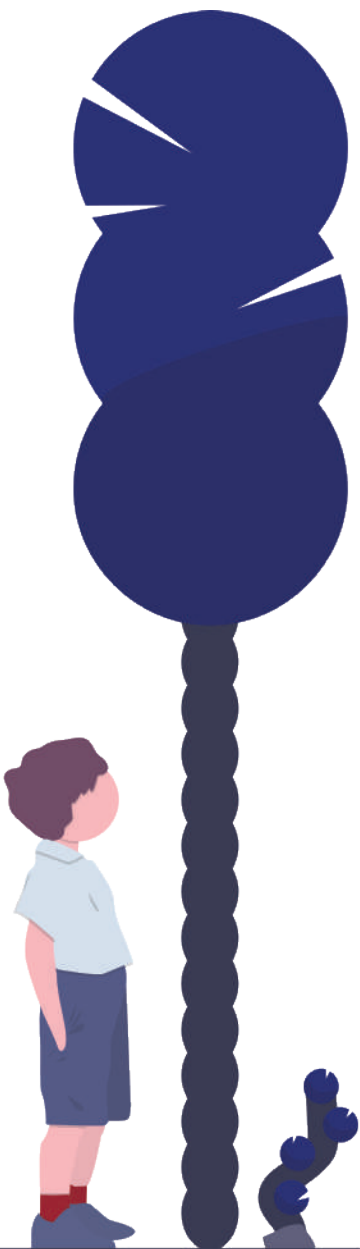
11. Ligipääsetavuse tagamine on oluline suurendamiseks kõikide puuetega inimeste kaasatust ühiskonda. Iga ettevõtmise alustamise juures tuleb mõelda, kas see on ligipääsetav kõikidele inimestele. Näiteks üks viis on avalike mänguväljakute ja lasteaedade mängualade ligipääsetavaks muutmise – tänu varasele kokkupuutele puuetega lastega saavad ka teised lapsed maast madalast kogemusi ning oskavad olla arvestavamad edaspidises elus.



12. Tervishoiusüsteem ei paku lapsevanematele diagnoosi teada saamisel ei nõustamist ega sageli kahjuks ka täpsemat ülevaadet diagnoosi olemuse ja tulevikuväljavaadete kohta. Ettepanek on leppida kokku diagnoosi teatavaks tegemise ja infojagamise protsess koostöös Harvikhaiuste Kompetentsikeskusega, et tagada asjakohase teabe edasiandmine peret võimalikult säästval ja jõustaval moel.

13. Harvikhaiigusega lapse vanemaid huvitab, kas Eestis elab veel mõni sama diagnoosiga laps ja nad sooviksid perekonniti suhelda. Kahjuks puudub neil sellekohane info. Ettepanek on lapse diagnoosi teada saades jagada vanematele teiste osapoolte nõusolekul kontakte. Infot saavad jagada geneetikud, neuroloogid, Harvikhaiuste Kompetentsikeskuse töötajad ja teised spetsialistid, kellele lapsevanemad on andnud loa oma kontakte jagada.

Aitäh kõikidele uurimuses osalenud lapsevanematele! Teie vastused panid mind naeratama, aga ka pisaraid pühkima. Leidsin vastustest palju tuttavlikku ja sain kinnituse, et olen ühe kõige haavatavama sihtgrupi, harvikhaiiguse ja intellektipuu-dega lapse ja tema pere huvikaitse osas õigel teel. ●



Harvik-haiigusega lapse perekond vajab abi

Maarja Kraiss-Leosk uuris oma teadustöös perekondi, kus elab intellekti-puude ja harvik-haiigusega laps.

Uuringust selgus:

- ◆ Lapse vanemad on tihti väsinud ja murelikud.
- ◆ Nad tunnevad end kõrvale jäetuna.
- ◆ Teenused ja info ei ole piisavalt kättesaadavad, sest seadustes on vähe juttu harvik-haiigustest.
- ◆ Puudega laps vajab palju tähelepanu, pere teised lapsed võivad sellest ilma jääda.

Soovitused edaspidiseks:

- ◆ Harvik-haiigusega lapse vanemad peavad saama rohkem infot haiiguste ja oma õiguste kohta.
- ◆ Teenused peavad andma perele just sellist abi, nagu ta tegelikult vajab.
- ◆ Pere peaks ise saama tervist taastavaid teenuseid valida.
- ◆ Seadusi tuleks muuta, et ka sugulased võiksid töötada tugi-isikuna.
- ◆ Tuleb luua tugi-gruppe lapsevanematele, et nad poleks enam nii väsinud ega teadmatuses.
- ◆ Harvik-haiigustest tuleb rohkem rääkida, et neist teaksid kõik inimesed.

Harvik-haiigus on haigus, mida esineb maailmas väga harva ja millele tihti polegi ravi.

Harvik-haiigus võib põhjustada puuet.

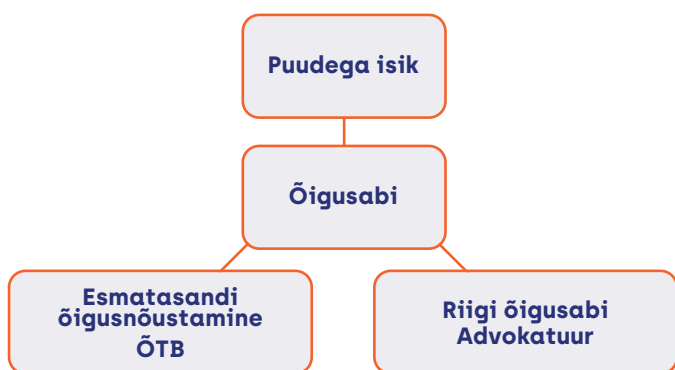


Esmane õigusnõustamine kui õigusabi tulemüür

Hille Raud | ÕTB juhataja

► Lubage esimese ja viimase sõnumina käesolevas kirjatükis toonitada telefoninumbrit 5385 0005! See number avab ukse tasuta õigustoele sügava, keskmise või raske puudega inimestele üle Eesti. Jagage seda neile, kes sihtgruppi kuuluvad ja õigusinfot vajavad!

2022. aasta kevadel astus Justiitsministeeriumi poolt toetatud ja erivajadustega inimestele mõeldud õigusteenus uude, mõnevõrra ümberdisainitud koostööperioodi.



Õigusabi vs õigusnõustamine

Tervikpilt riigipoolsest õigusabiga toetamisest koosneb kahest osast, milleks on esmane õigusnõustamine ja riigi õigusabi. Erivajadusega isik saab õigusteenusega pöörduda esmasele õigusnõustamisele või taotleda riigi õigusabi.

Riigi õigusabi vajab inimene eelkõige kohtuasjades. Riigi õigusabi saamiseks on vaja ka erivajadusega isikul esitada kohtule taotlus ja majandusliku seisundi teatis. Sihtgrupiks on inimesed, kes oma majandusliku seisu tõttu ei suuda õigusteenuse eest tasuda. Samas ei pruugi õigusabi olla tasuta – hüvitamise kohustuse otsustab kohus.

Esmane õigusnõustamine on kavandatud olema õigusabi tulemüüriks – st õigusinfo saamise esmaseks ja kõige kiiremaks viisiks. Puudega inimesel on võimalus pöörduda spetsiaalselt neile mõeldud tasuta teenusele Õigusteenuste Büroo Sihtasutusse (ÕTB), kellel on olemas aastatepikkune erivajadustega inimeste abistamise kogemus üle Eesti. Koroonaaastad on õigusteenuse kliendile lähemale nihuta-

nud sel moel, et päris suur hulk abivajajaid soovivad juristiga konsulteerida veebi vahendusel. Kaugkohtumised võimaldavad tööd planeerida piirkondlikku nõustamispäeva ootamata, kõikidel helistajatel on võrdne võimalus järjekorda saada ja ajakriitilised probleemid saavad kenasti hallatud. Oluline on, et puudega inimeste õigusnõustamise info oleks eri piirkondades pidevalt nähtav!

Õnge ulatamine

Kevad 2022 tõi muutusi ka õigusteenuse korraldusse. Justiitsministri määrus seab esmatasandi õigusnõustamisele kohtus esindamise ja kohtudokumendi koostamise piirangu. ÕTB jurist saab puuetega inimeste õigusteenusele asjakohase „diagnoosi“ panna ning sättida tegevusplaani, samuti selgitada kohtupabereid, teavitada riigi õigusabist, abistada ametiasutustega suhtlemisel ja asjaajamisel. ÕTB õigusabi on aastate vältel olnud pigem „õnge ulatamine“. Teeme klientidega koostööd ja klient on kaasatud vajalikesse tegevustesse. Esmatasandi õigusabi võimalust peab jätkuma võimalikult paljudele ja mugavusteenus see olla ei saa. Meie kliendid on toredad ja tänulikud õigusabi võimaluse üle. Esmakordsel helistamisel vahel kaheldakse, kas ollakse õiges kohas. Küsija suu pihta ei lööda ja kui ÕTB isegi õige koht ei ole, siis püüame välja selgitada õige teeotsa. Peamine



teenusele jõudmise takistus paistab olema ÕTB telefoninumbri mitteteadmine või unustamine.

Lisaks õigusnõustamisele korraldab ÕTB koostöös piirkondlike puuetega inimeste kodadega õigusinfo teabetunde ja -päevi erivajadustega inimestele olulistes õigusvaldkondades, näiteks kinkimise ja testamendi teemal.

Uued õigusmured

22 aastat ühiskonna riskirühmadele õigusabi kogemust ja viis aastat erivajadustega isikute õigusnõustamist on ÕTB juristide töölauale toonud kõik inimese elukaare õigusmured. Kui enne COVID-19 juhtis õigusteemade pingerida ülekaalukalt perekonnaõigus (elatis lapsele, hooldusõigus, eest-

kooste), siis viimasel paaril aastal on pereasjade kõrval kasvanud võlasuhete osakaal (erinevad lepingud, eluasemega seotud probleemid, töösuhted), samuti sotsiaaltoetuste ja -teenuste küsimused. Lisaks tõusetuvad konfliktid korteriühistutes, vajatakse infot pärimisteemades. Esineb ka liigse usaldamise juhtumeid; siinkohal tasub üle mainida, et telefonivestluseid ja suuliseid kokkuleppeid ei tasu tõsiselt võtta. Kurvastavad pettuste ohvriks langemise ja erivajaduse ärakasutamise juhtumid, nt autoostu tehingusse või osahõingu juhatusel liikmeks meelitamine, rahapettused jms. Kindlasti oleks mitmed ebamugavad olukorrad jäänud olemata, kui õigusabiteenuse info olnuks õigel hetkel kättesaadav. ●

Kuidas saada õigusnõustamise teenust?

EPIKoda koostöös Õigusteenuste Büroo Sihtasutusega (ÕTB) pakub õigusnõustamise teenust keskmise, raske või sügava puudega inimestele. Erivajadusega isiku õigusküsimuste lahendamiseks võivad sihtgrupi esindajatena nõustamisele pöörduda ka hooldajad või pereliikmed. Teenuse eesmärgiks on tagada erivajadustega isikutele õigusnõustamine ja abistamine igapäevasel ametiasutustega suhtlemisel ning asjaajamisel.

Õigusnõustamiseks on vajalik eelregistreerimine telefonil 53 850 005 E-N kell 10-16. Lisainfo Eesti Puuetega Inimeste Koja kodulehelt: www.epikoda.ee/oigusnoustamine



Õigusabi

Puudega inimesed saavad nüüd lihtsamalt õigus-abi.

Varem on EPIKojast saanud ainult õigus-nõustamist, nüüd saab ka õigus-abi.

Õigus-abi teenust osutavad Õigusteenuste Büroo Sihtasutuse töötajad.

Õigus-abi on tavaliselt vaja kohtu-asjade lahendamiseks.

Sagedamini vajavad inimesed abi nendel teemadel:

- ◆ perekond (elatis, hooldus-õigus, eest-koste)
- ◆ raha (laenu, lepingud, töö, sotsiaal-teenused)

Õigus-abi aitab inimesel ka ameti-asutustega suhelda.

Kui vajad õigus-abi, helista telefonil 53 850 005 ja registreeri end õigus-nõustamisele.

Telefonile vastatakse esmaspäeval, teisipäeval, kolmapäeval ja neljapäeval kell 10–16.

Õigus-nõustamisel suunatakse Sind õigus-abi töötaja juurde.

EPIKoja õigus-abi saavad ka puudega inimeste hooldajad ja pereliikmed.



Kuidas on läinud EPIKoja nõustamisteenusel?

Kristi Rekand | EPIKoja nõustaja

► Eesti Puuetega Inimeste Koda (EPIKoda) alustas 2017. aastal nõustamisteenuse pakkumist töövõime või puude raskusastme hindamist taotlevatele isikutele ja nende seaduslikele esindajatele. Nõustaja Kristi Rekand jagab muljeid, kuidas on teenuse osutamine viimastel aastatel edenenud.

Nõustamisteenus loodi eesmärgiga tagada täiendav ja sõltumatu tugisüsteem töövõime ja puude raskusastme hindamist puudutavate küsimuste lahendamiseks. Algusaastatel pöörduiti peamiselt seoses üldiste töövõimereformiga kaasnevate muudatustega, näiteks küsiti aktiivsustingimuse täitmise kohta, samuti uuriti, kas pöörduda Eesti Töötukassa või Sotsiaalkindlustusameti poole ja et kes ja mida hindab, tunti huvi vastavate seaduste ja metoodika vastu. Tihti valdas pöördujaid ebakindlus eesootava hindamise ees, mistõttu tuli inimesi täiendavalt toetada ja jõustada, selgitada vaide esitamise võimalust ja muud taolist.

Muutus pöördumise viisis ja sisus

Teenuse loomise algusaegadel eelistasid inimesed kohtuda nõustajaga isiklikult. Ülemaailmne viirus tõi aga pöördumise viisi selge muudatuse, vähendades näost näkku suhtlust ja suurendades asjaajamisi telefoni või e-kirja teel. Valik sõltub sageli ka sellest, kas inimesel on olemas tehnilised võimalused ja oskus dokumente elektrooniliselt edastada, samuti, kas pöörduja soovib täiendavat vaimset toetamist ja jõustamist jms. Kindlasti on endiselt hulk inimesi, kes eelistavad alati isiklikku kohtumist, mistõttu kontaktkohtumised on jätkuvalt olulised.

Aastate jooksul on pöördumiste arv enam kui kahekordistunud (2018. aastal tuli 251 pöördumist, 2021. aastal oli neid juba 621). Selgelt on näha erisus pöördumiste sisus ehk kui algsed pöördumised olid seotud töövõimereformi üldiste küsimustega, siis alates 2018. aastast kasvas vaiete arv: teenuse alustamisel moodustasid vaided umbes 20%

pöördumistest, ent 2022. aastal juba peaaegu 70% pöördumistest.

Vaiete arv on kasvanud

2017. aastal ja 2018. aasta alguses esitatud vaided olid peamiselt seotud niinimetatud vanast süsteemist üle tulemisega. 2018. aasta lõpus ja 2019. aasta alguses esitati enim vaideid Sotsiaalkindlustusameti puude raskusastme tuvastamise/mittetuvastamise otsustele. Alates 2020. aastast kuni käesoleva ajani on tulnud enim vaideid Eesti Töötukassa töövõime hindamise otsustele. Peamine vaide esitamise põhjus tekib sellest, kui otsused muutuvad, ehk siis, kui eelnevalt on inimesel olnud puuduv töövõime või keskmine puue ning korduvhindamise perioodil muutub otsus inimese jaoks negatiivseks ehk tuvastatakse töövõimelisus või osaline töövõime varasema puuduva töövõime asemel. Samuti on võidud otsuses leida, et puude raskusastet ei esine, või on puude raskusaste hinnatud kergemaks. Enamasti tajutakse oma terviseprobleeme muutumatutena või süvenenuna, kuid otsuse kohaselt on seisund justkui muutunud paremuse poole. Lisaks ei anna otsused inimese jaoks piisavalt teavet ehk puudub võrdlus varasema hindamisega, mistõttu tulebki kaaluda otsuse vaidlustamist.

Vaide esitamine vajab analüüsi

Vaide esitamine eeldab otsuse aluseks olevate dokumentide põhjalikku analüüsi. Väljaselgitamist vajab, kas raviarst ei ole vajalikku teavet kirja pannud, inimene on ise vähe arstide juures käinud või on lisandunud haigusi, mille puhul ka arstidel puudub selgus diagnoosi ja raviskeemi osas. Ka võib



Kristi Rekand klienti nõustamas. Foto: erakogu

põhjuseks olla, et ravi, teenused ja abivahendid aitavad ehk piirang on osaliselt või täielikult kompenseeritud. Selleks, et saada teavet konkreetse inimese vaidega seonduvate asjakohaste argumentide kohta, tuleb esmalt koguda kokku vajalikud dokumendid, seejärel neid analüüsida ja inimese poolt väljatoodud probleemide/sümptomite alusel võrrelda, hinnata vaide perspektiivi ja vastavaid argumente ning seejärel otsustada edasised tegevused. Dokumentide analüüsimisel ja asjaolude uurimisel saame koos inimesega selguse, kus on niinimetatud kitsaskoht ja mida tuleks teha, et saavutada ootuspärane tulemus.

Õiguste eest peab alati seisma

Oma õiguste realiseerimisel on oluline rõhutada, et pöördumise aluseks on inimese arvamus, et otsus ei ole õiglane. Vaide esitamine omakorda tähendab, et inimene ei ole olemasoleva otsusega rahul ning

toob vaides välja argumendid, millega oma arvamust kinnitab. Vaie ei pea sisaldama õiguslikku argumentatsiooni, kuid peab sisaldama kirjeldust, millega vaide esitaja nõus ei ole; näiteks, mida jäeti inimese hinnangul otsuse koostamisel arvestamata, millised tõendid kogumata/hindamata, miks vaide esitaja leiab, et otsus ei ole õige, millist otsust ta ootab, ja muud sellist.

Praktika näitab, et mitterahuldava otsuse vaidlustamine on vajalik, ka siis kui valet ei rahuldata, sest vaideotsuses saadakse vastused oma küsimustele ja vastuväidetele. Ka saab inimene teada, mida tuleks edaspidi teha, et saada ootuspärane tulemus ehk millise arsti juures käia, milline teave peaks olema tervise infosüsteemis ja nii edasi.

Kokkuvõtvalt võib öelda, et kuigi inimeste teadlikkus vaide esitamise võimalusest ja julgus valet esitada on märgatavalt kasvanud, siis võiks tahe ja algatus olla veelgi suuremad. Seadus on loonud

võimaluse mitterahuldava otsuse korral esitada vaie, vastava menetlusega ei kaasne rahalist kulu ega ka nõuet esitada vaie juristi vahendusel. Seadusandja on pidanud vajalikuks luua vaidluses riigiga nõrgema osapoolle ehk inimese jaoks toetav vaidlustamise võimalus, mida tuleks kasutada igal juhul, kui inimene tunneb, et otsus on tema suhtes ebaõiglane. Vaide esitamine on võimalus oma õiguste eest seista ja saada õiglane otsus. ●

Kellele on nõustamisteenus mõeldud?

Nõustamisteenus on mõeldud töövõime või puude raskusastme hindamist taotlevatele isikutele ja nende seaduslikele esindajatele. Tasuta nõustamisele saavad pöörduda tööealised inimesed (ja nende seaduslikud esindajad):

- ◆ kes kavatsevad taotleda töövõime hindamist ja/või puude raskusastme hindamist;
- ◆ kelle töövõime ja/või puude raskusaste on hinnatud, kuid kes ei ole rahul hindamise tulemustega ja vajavad abi otsuste sisu selgitamisel;
- ◆ kes vajavad abi ja nõustamist kaebeõiguse teostamisel seoses töövõime hindamise ja/või puude raskusastme hindamise otsustega.

Kuidas on võimalik nõustamist saada?

Nõustamine toimub kontaktkohtumise, e-posti ja telefoni teel:

Kontaktkohtumine toimub EPIKojas Toompuiestee 10 (Tallinn). EPIKoda on avatud tööpäeviti kl 9-17. Nõustamisele on vajalik eelregistreerimine telefonil 671 5909 või e-posti teel noustaja@epikoda.ee

Loe lisa: www.epikoda.ee/noustamine

Teenust osutatakse Euroopa Sotsiaalfondi meetme „Töövõime toetamise skeemi loomine ja juurutamine“ ning toetuse andmise tingimuste „Töövõime süsteemi toetavad tegevused“ toel.



Õigusnõustamine puudega inimestele

Juba 2017. aastast on EPIKoda andnud nõu töövõime või puude raskus-astme hindamise küsimustes.

Esimestel aastatel vajasisid inimesed üldist infot hindamise kohta.

Viimastel aastatel on rohkem vaideid.

See tähendab, et paljud inimesed pole nõus oma töövõime või puude raskus-astme otsusega.

EPIKoja nõustaja Kristi Rekand ütleb, et alati tuleb vaielda, kui pole hindamise otsusega nõus.

Kui inimese puuet või töövõimet on hinnatud ebaõiglaselt, siis muudetakse hindamise otsust.

Kui hindamise otsust ka ei muudeta, saab inimene vähemalt teada, miks oli otsus just selline või mida järgmine kord teisiti teha.

EPIKoja nõustamise saamiseks töövõime ja puude raskus-astme hindamise küsimustes helista telefonil 671 5909 või saada e-mail noustaja@epikoda.ee.



Kodulähedase kooli otsinguil – unistusest reaalsuseni

Ave Hüüs | Lapsevanem, Sinuga kaasautor

► Käesoleval sügisel alustas Rae vallas kooliteed kolm vaprat tüdrukut, kelle koolikoha eest seisid nende südikad vanemad. Sügava puudega lapse vanem Ave Hüüs räägib, kuidas tänu koostööle sünnivad head asjad.

Mäletan siiani seda tunnet, kui sain Nora esimest korda sülle võtta – tundsin, et olen saanud hakkama millegi imelisega. Lapse sünd on ime!

Nora beebiiga oli õnnis ja rahulik, peas keerlesid mõtted nagu lapse kasvatamisega ikka - millised on tema isikuomadused, kellest saavad tema sõbrad, kas ta hakkab tegelema mõne spordialaga, mis kooli ta läheb ja milliseks kujuneb tema elu. Aga saatusel on omad plaanid ja varuks üllatused, sest sellist eluteed ei osanud oodata meist keegi. Septembris 2018, kui Nora oli kolmeaastane, diagnoositi tal Sanfilippo sündroom, mis väljendub oskuste järkjärgult hääbumises; haigusega kaasnevad mitmesugused terviseprobleemid ning varem või hiljem vajab ta abi kõikides toimingutes.

Ainult loota ei saa

Vahetult enne diagnoosi saamist oli Nora läinud lasteaiatavarühma. Mõistsime peagi, et tavarühma keskkond ei toeta teda: lapsi on liiga palju ja Nora vajab tublisti enam tuge kui oskasime sel hetkel hinnata. Olime siiski lootusrikkad, et leiame talle peagi sobiva lasteaiarühma. Tõele au andes - päris niisama loota ikka ei tasu, vaid vahepeal peab kirjadedega end asutustele meelde tuletama. Meie õnneks avati üsna pea uus lasteaed ja sinna rajati ka rühm erivajadustega lastele.

Et aga inimene ei oska muretsemata olla, hakkasid peas varsti keerlema uued rasked mõtted – mis saab siis, kui lasteaed läbi saab? Mõistsime, et mõne aasta pärast on Nora kooliealine, kuid kodu lähedal meil sellist kooli pole. Puudus ka teadmine, millised võimalused sügava puudega lastel üldse kohustusliku haridustee jätkamiseks olla võiksid. Tallinna lähiümbruse asulates suureneb elanike arv üha, koole ja laste-

aedu tehakse aina juurde, kuid erivajadusega lapsed on jäänud siinjuures tagaplaanile.

Lapse õiguste eest seismine, paberite täitmine ja vajalike teraapiate ning tugiteenuste otsimine on väga aeganõudev töö, siia otsa lisada veel ka sagedased arstivisiidid – kogu see süsteem tuleks teha palju lihtsamaks! Vanemad peavad ise tohutult infot otsima, sest vajalikku teavet keegi lapsevanemani ei juhi, kuigi just nii võiks ju olla. Võib-olla on erivajadustega laste vanemad oma muredega nii üksi jäetud, et neil pole jaksu käia ja nõuda seda, milleks nende lastel õigus on?

Õigus õppida kodu lähedal

Hakkasin varakult seisma selle eest, et Nora saaks omandada hariduse kohaliku omavalitsuse piirkonnas – mida kodule lähemal, seda parem. Selleks on tal samasugune õigus nagu igal teiselgi koduvalla lapsel ja tema eripära ei tähenda, et valla kohustus siin ära kaob. Teiste vanematega suheldes selgus, et 2022. aasta sügisel peavad lisaks Norale kooli minema veel kaks sügava puudega tüdrukut – Brita ja Elisabet. Asusime mitmekesi vallaga läbi rääkimisi pidama, sest hankida koolikohta kolmele lapsele on tõenäolisem kui ühele. Elisabeti ema, Maarja Kraiss-Leoski konkreetne sõnaseadmisoskus kiirendas seda protsessi olulisel määral, mis omakorda näitab, kui oluline on kokku hoida ja koostööd teha – igaühe tugevus on suureks trumbiks ja aitab kiiremini eesmärgini jõuda!

Vald tõdes, et Tallinnas on hooldusklassidesse üksikud kohad, kuid me ei saa olla kindlad, et kolmele lapsele kohti jagub. Pealegi võetakse eelisjärjekorras vastu Tallinna linna lapsed ja mitte keegi meist polnud nõus, et me kirjutaks lapsed

oma kodudest välja. See, mis esialgu tundus võimatu, sai iga kirjavahetuse ja nõupidamisega aina võimalikumaks ning Rae vald on olnud südamega asja juures, et luua lastele toetav keskkond. Lapsevanemadena oleme kogu protsessi vältel seal osalenud ja saanud kaasa rääkida nii kooliruumide asukoha, sisustamise, meeskonna suuruse ja kui ka koolipäeva pikkuse osas.

Vahepeal tekkis juba tunne, et see on kõik üks ilus unenägu, millest ei julge üles ärgata, kuid 1. september 2022 oli päriselt ja see hea tunne püsib meiega siiani – kolm imelist tüdrukut said imelisse kooli, kus on imelised õpetajad ja ruumid, mis on kohandatud just nendele lastele. Ka lapsevanemad on õnnelikud, sest lapsed on oma kodu juures, nad on hoitud ja – mis ongi kõige tähtsam – meil on südamerahu. See kõik juhtus lapsevanemate initsiatiivil ja kohaliku omavalitsuse toetava suhtumisega. ●

Ave soovitud erivajadusega lapsele sobiva kooli leidmisel

Ära jää oma muredega ükski. Leia mõttekaaslased, kes on läbinud või läbimas sarnast teekonda.

Tea iseenda ja oma lapse õigusi. Ära pelga ametiasutustest oma lisaküsimustele vastuseid otsida.

Kohaliku omavalitsuse kohustus on pakkuda lapsele sobivat koolikohta. Suhtle avatult oma kohaliku omavalitsusega – vaid koostöös sünnivad head lahendused.



Ave Hüüs koos oma perekonnaga. Foto: Maris Sits

Koolikoht

Tänavu läksid Rae vallas esimesse klassi kolm puudega tüdrukut.

Nende kodu lähedal ei olnud varem kooli, kus saaksid käia puudega lapsed.

Kõikidel lastel on õigus käia koolis oma kodu lähedal.

Selleks, et tüdrukud saaksid kodu lähedal koolis käia, pidid nende emad vaeva nägema.

Nad suhtlesid väga palju valla töötajatega, sest oma-valitsus peab toetama oma puudega lapsi.

Sel sügisel avatigi ühes Rae valla koolis klass puudega lastele.

Tüdrukute emade soovitud teistele puudega laste emadele sobiva kooli leidmiseks:

- ◆ Ära jää oma muredega ükski.
Leia inimesed, kellel on sarnased mured.
Koos leiate lahendused kiiremini.
- ◆ Tea enda ja oma lapse õigusi.
Küsi nõu ameti-asutustest.
Näiteks: sotsiaal-kindlustus-amet, oma-valitsus.
- ◆ Valla-valitsused ja linna-valitsused peavad pakkuma lapsele sobiva kooli.
Räägi oma-valitsuse töötajale ausalt ja täpselt, missugust kooli su lapsele vaja on.



Trenn kui eluviis ja võimalus tulla toime halvava haigusega

Karoliina Kruusmaa | TÜ ajakirjanduse ja kommunikatsiooni tudeng, Sinuga kaasautor

► „Jõusaalis unustan kõik muu. See lõõgastab mind. Nii saan tunda, et kuigi olen erivajadusega inimene, suudan kõike ikkagi iseseisvalt teha,” ütleb elujõust pakatav Martti Zeiger (22), kes põeb üliharuldast haigust nimega 2. tüüpi spinotserebellaarne ataksia (SCA2). Pidevalt süveneva koordineerimispuudena haarab see närvirakke, põhjustades kontrolli kaotamist lihaskonna töö üle.

„Ma tunnetan seda haigust oma kehas iga päev. Täna hommikul proovisin ise püsti tõusta, aga ei jaksanud,” nendib noormees. SCA2 näol on tegemist päriliku haigusega, mis Marttil diagnoositi juba sündides, kuid mis näitas esimesi avaldumismärke 14aastaselt. Vaatamata sellele, et kõne eripära muudab tal suhtlemise veidi kohmakaks ja suve lõpust alates peab ta liiklemiseks kasutama ratastooli, elab Martti noore mehe elu täiel rinnal. „Olen haigusega nüüdseks rahu teinud,” kinnitab ta.

Sport aitab toime tulla

Martti sai spordipisiku külge juba lapsepõlves; tema isa oli omal ajal judos enda vanuseklassis Eesti meister, vanaema käsi- ja ema võrkpallur. „Koolis mängisin seitse aastat korvpalli, seejärel läksin jalgpalli, kuid siis pidin ka selle pooleli jätma, kuna mu haigus süvenes.” Kuigi pallimängudest on Martti tänaseks loobunud, harrastab ta nüüd selle asemel jõusaalisporti. „Sport on mu eluviis,” väidab Martti kindlameelselt.

Viimasel ajal pakub Marttile sporditeekonnal suurimat tuge kogemusnõustaja ja treener Madis Laos, kes on ühtlasi ka tema tugiisik. Eesmärgid, mille poole Martti püüdleb, on tegelikult suured: trotsides haigusest tulenevat tasapisi süvenevat liikumisraskust, töötab ta selle nimel, et kasvatada jõudu ja kaaluda viie aasta pärast tänase 52 kilogrammi asemel 75. „See haigus on ravimatu. Mu ema ja tädi läksid murest lausa hulluks, kui mul see avastati. Tädi oli valmis maksma kinni kõik protseduurid, aga ühtegi ravi ei leitud. Ma arvan, et isegi kui tuleb mingi ravim, siis mina seda ei näe. Aga ma olen leidnud nipi, mis aitab – jõusaalis käimine!” Spordist võiks Marttiga jutustama jäädagi – suure



Martti Zeiger. Foto: erakogu

rallihuvilisena on ta kursis kõigi värskete uudistega ning enda sõnul oskab täpselt ennustada, kuidas tippklassi sõitjatel järgmistel etappidel läheb.

„See haigus on ravimatu. Mu ema ja tädi läksid murest lausa hulluks kui mul see avastati.”

Veelgi kiiremini paneb aga Martti südame tuksuma tema värske kihlatu. „Ma tulin Haabersti klubimajja kolm aastat tagasi ja Regina jäi mulle kohe silma, kuid siis suhtles ta kellegi teisega. Ootas kaks ja pool aastat, vaikselt sebisin teda ja kui me lõpuks suhtesse astusime, siis kolm kuud hiljem palusin ta kätt ja andsin sõrmuse,” meenutab

Martti kirglikult oma elu armastuse leidmist. Abieludes soovib Martti praegusest perekonnanimest loobuda ja võtta asemele kihlatu oma. „Olen ainuke Zeiger, kellel on see haigus ja tahan selle nime puhaks pühkida. Ma andsin ka emale kunagi lubaduse, et see haigus ei kandu minust edasi.”

Kõik ei mõista

Martti sõnul on puudega inimese elul ka tume-damad varjud: „Ma ei saa sõpru külla kutsuda või nendega välja minna, sest olen nüüd ratastoolis. Suvel passisin kolm kuud kodus, enne seda sain liikuda rulaatoriga. Samuti ei julge ma perega eriti kuskile restorani sööma minna, kuna paljud inimesed on mind vaadanud kuidagi teistmoodi. Kui olen selgitanud, mis haigus mul on, siis osa aktsepteerib seda, aga osa tõmbub minust eemale ja paljud seepärast minuga enam ei suhtle.” Martti sõpruskond hõlmab eelkõige laiemat pereringi; ta tunnistab, et unistaks rohkematest sõpradest.

„Ma ei saa sõpru külla kutsuda või nendega välja minna, sest olen nüüd ratastoolis.”

Küll aga pakub Marttile rõõmu kinos käimine. Lemmikžanriks peab ta õudusfilme: „Mulle meeldib, kui kananahk tuleb ihu peale. Ja alati on lahe, kui õudusfilmid on halvasti tehtud.



Madis Laos, kogemusnõustaja ja treener

Tean Marttit juba üle kahe ja poole aasta. Martti tundus kohe algul mulle särava, positiivse ja energilise noore mehena. Minu rõõmuks määrati Martti mulle Astangu Kutserehabilitaatsiooni Keskuse kaudu kliendiks. Sealt sai alguse meie koostöö ja ka sõprus.

Mida rohkem Marttit tundma õppisin, seda rohkem hakkasin aru saama, et tegu on ühe südamlíkuma noormehega, keda olen oma elus kohanud. Sellist head südant ja siirust ning hoolivust teiste inimeste suhtes ei kohta iga päev.

Temaga koostöö on olnud mulle suur rõõm ega tundu mitte tööna, vaid pigem hoopiski tegevustena toredate ettevõtmiste näol: näiteks käime koos kinos ja kuna meil on sarnane filmimaitse, on meil seal pidevalt lõbus.

Kõige suurema kirega teeme muidugi trenni. Mis puutub trenni, siis Martti entusiasm on võrreldav minu omaga. Me mõlemad särame jõusaalis ja ootame alati järgmist korda. Martti on jõusaali osas lausa nii kirglik, et pean teda isegi veidi tagasi hoidma, et ta endale liiga ei teeks.

Näen aga, kui oluline on tema puhul treening ja toitumine. See tuleb talle väga kasuks: aitab haigusega võidelda ja hoiab meelega rõõmsana.

Martti on lausa nii tubli, et kui mind mõnikord klubimajas pole, on ta võtnud meie liikumisgrupi enda juhendada. Martti on ka minu jaoks meeletult inspireeriv. Ta tuleb alati trenni kohale ega anna alla. Siit ka minu sõnum: ei tohigi alla anda, alati tuleb edasi vaadata.



Madis Laos. Foto: erakogu

Mul on terav silm. Ja ma olen superhea igasuguste vigade otsimises,” lisab noormees muiates. Martti jutustab, et tema tähelepanelikkus ei ole märkamata jäänud ka lähikondsetele. Illustreerimiseks toob ühe näite, kuidas ta vahel istub koos ühe klubimaja töötajaga arvuti juures ning juhhib pidevalt tähelepanu kirja- ja trükivigadele. „Vahel ta kiidab, et olen tubli, aga vahel ütleb, et ma käin närvidele juba,” muheleb ta.

„Klubimaja on mulle kui teine kodu, kuna enamuse aega nädalast veedan just seal. Teeme koos igapäevatoimetusi, aga korraldame ka üritusi, lisaks osalen ma klubimaja arendamisel.”

Igapäevast toetust ja kogukonnatunnet pakubki Marttile Haabersti klubimajas käimine. See on Tallinna Vaimse Tervise Keskuse kõige pikaajalisem üksus, mille missioon on tõsta psüühikahäiretega inimeste elukvaliteeti väärtus- ja kuuluvustunde loomise kaudu. „Klubimaja on mulle kui teine kodu, kuna enamuse aega nädalast veedan just seal. Teeme koos igapäevatoimetusi, aga korraldame ka üritusi, lisaks osalen ma klubimaja arendamisel.” Kõige rohkem meeldib Marttile klubimajas käimise juures see, et ta saab töötada koos inimestega, kes on avatud temaga suhtlema. ●

Trenn aitab Marttil haigusega toime tulla

Martti põeb haruldast haigust, mis teeb teda iga päev järjest nõrgemaks.

Martti võitleb haiguse vastu spordiga.

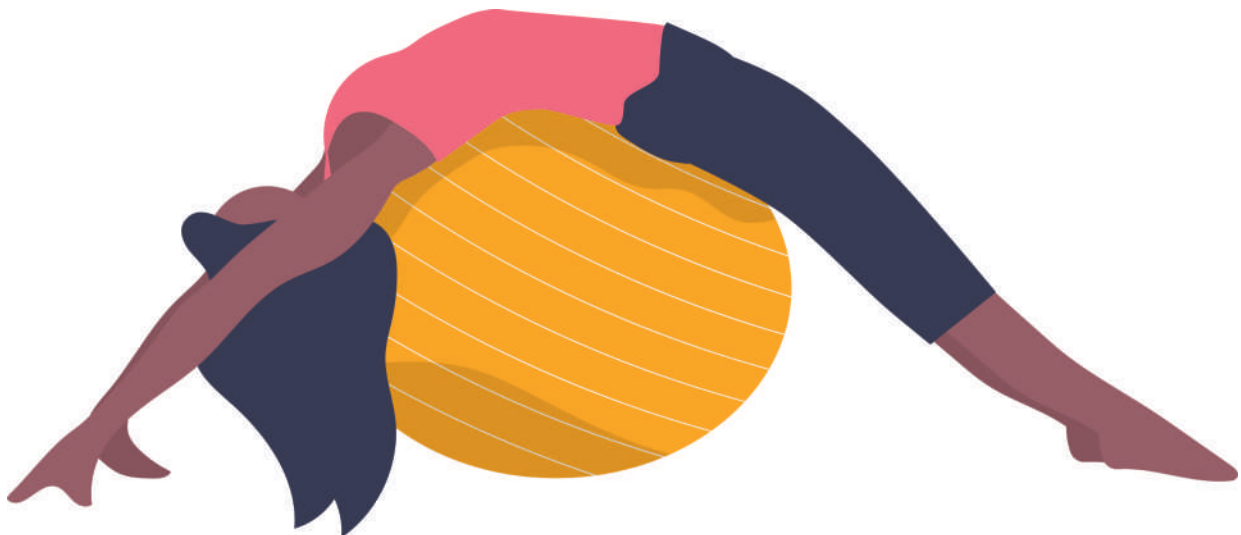
Tema treener on ka tema tugi-isik.

Martti on haigusest hoolimata rõõmsameelne.

Tal on pruut Regina, kellega kohtus Haabersti Klubimajas.



Marttil on spordimaailmas mitmeid iidoleid. Üheks neist on ujuja Matz Topkin, kellega tal on õnnestunud ka kohtuda. Foto: erakogu



Vabatahtlik seltsiline pakub abivajajatele lisatuge ja kauneid hetki

Krista Pegolainen-Saar | Vabatahtlike seltsiliste liikumise programmijuht

► Samamoodi, nagu oma valdkonnas on abiks abipolitseinikud või vabatahtlikud päästjad, nii on sotsiaalvaldkonnas nähtavaks saamas vabatahtlikud seltsilised. Vabatahtlike seltsiliste liikumise programmijuhi Krista Pegolainen-Saare sõnul on viimaste aastate erinevad kriisid süvendanud teadmist, et vajame vabatahtlike panust eeskätt just eakate ja erivajadustega inimeste vaimse ja füüsilise heaolu tagamisel.



Illustreeriv foto. Foto: Pexels

Sageli vajab eakas või erivajadusega inimene elukõige suhtlemist, kompanjoni, kes kuulab ja kaasa mõtleb – siin tulebki appi vabatahtlik seltsiline. Koos vabatahtliku seltsilisega on kergem leida vaheldust igapäevarutiinile ja avardada maailmapilti. Samuti on hulga julgem käia poes, arsti juures või lihtsalt jalutada. On ammu tõestatud, et vastastikku rahuldust pakkuv sotsiaalne aktiivsus vähendab depressiivsust. Vabatahtlik seltsiline ei asenda sotsiaaltöötajat või koduhooldustöötajat, vaid pakub lisatuge kohaliku omavalitsuse teenuste kõrval.

Igas inimeses on peidus terve maailm

Kõikides maakondades tegutsevad vabatahtlike seltsiliste koordinaatorid, kes viivad erivajadusega inimesed ja eakad kokku vabatahtlike seltsilistega. Koordinaator on vabatahtliku ja abivajaja esimeseks sillaks; tema kaardistab mõlema poole soovid, või-

malused ja vajadused. Koordinaator veendub vabatahtliku heas tahtes ning koos kontrollitakse seltsilise karistusregistri väljavõtet. Abivajaja ja vabatahtliku vastastikuse sobivuse ja ühishuvi korral sõlmitakse kolmepoolne hea tahte kokkulepe.

Igas inimeses on peidus terve maailm, mida avastada, ja kogemused, millest õppida. Vabatahtlikuks seltsiliseks sobib selline inimene, kes tunneb oma südames kutset olla toeks eakatele ja erivajadusega inimestele. Koos saab kogeda kauneid ja rõõmsaid hetki, jagada mõnda vahvat huvi – näiteks rääkida käsitööst või jagada lugemiselamust. Seltsiliseks sobivad ka erivajadusega inimesed, sest neilgi on sageli suured teadmised ja kasulikud oskused, mida edasi anda.

Vabatahtlikuks seltsiliseks sobib selline inimene, kes tunneb oma südames kutset olla toeks eakatele ja erivajadusega inimestele.



Illustreeriv foto. Foto: Pixabay

Võimalik on ise otsustada, millisel määral panustada oma aega ja energiat. Tavaliselt käivad seltsilised abivajaja juures 1,5-2 tundi nädalas. Üliõpilastel on võimalus teha oma koolitöö raames praktilist tööd, mida saame ümber arvestada ainepunktideks. Vabatahtlikuks seltsiliseks saavad tulla kõik alates 16. eluaastast.

Mõned tegevused, mida saab pakkuda vabatahtlik seltsiline:

- ◆ koos olemine ja suhtlemine (nt arutelud igapäevateemadel, fotode vaatamine, raamatu ette lugemine, koos ristsõnade lahendamine, füüsiliste harjutuste tegemine vms);
- ◆ olla saatjaks koduvälistel tegevustel (nt koos jalutamine, arsti juures või raamatukogus käimine);
- ◆ tugitegevuse pakkumine lihtsamate kodutööde juures, mida abivajaja üksi teha ei saaks, aga koos toetajaga on kasvõi osaliselt võimeline sooritama (nt ühisel poeskäigul kotikandmine või koos söögi tegemine). ●

Kuidas saab soovija (või soovija lähedane), kes on kas erivajadusega või kel vanust üle 65 eluaasta, küsida endale vabatahtlikku seltsilist?

Selleks on kaks võimalust:

- ◆ Andke teada enda või oma lähedase soovist omavalituse sotsiaaltöötajale, kes informeerib piirkonna koordinaatorit.
- ◆ Andke teada enda või oma lähedase soovist meie koordinaatoritele üle Eesti, kes viivad Teid seejärel kokku vabatahtlikuga. Koordinaatorite kontaktid on leitavad veebilehelt www.seltsilised.ee. Infot saab üldnumbril 555 33 990.

Kuidas saavad enda abi pakkuda vabatahtlikud?

- ◆ Andke teada oma koostöösoovist meie koordinaatoritele üle Eesti, kes võtavad seejärel Teiega ühendust ja viivad kokku abivajajaga. Koordinaatorite kontaktid on leitavad www.seltsilised.ee. Infot saab üldnumbril 555 33 990.

Seltsiline

Üksi elavad eakad ja puudega inimesed, kes tunnevad ennast üksikuna, saavad taotleda vabatahtliku seltsilise teenust.

Vabatahtlik seltsiline on sõbralik, ta oskab inimest kuulata ja mõista.

Vabatahtlik seltsiline ei ole isiklik abistaja.

Vabatahtlik seltsiline on inimesele seltsiks.

Kui vajad vabatahtlikku seltsilist, helista telefonil 555 33 990.



Lihtne keel on vajalik kõigile

Kerttu Rakke ja Janek Muru | MTÜ Vaimupuu

► Lihtne keel – inglise keeles „easy-to-read“ – on keelekasutus, mille reeglid on välja töötanud Inclusion Europe, üleeuroopaline intellektipuudega inimeste organisatsioonide ühendus. Sisuliselt tähendab lihtsas keeles tekst informatsiooni, mis on arusaadav kõigile. Infost arusaamine on üks neljast ligipääsetavuse liigist, mis on välja toodud ka Puuetega Inimeste Õiguste Konventsioonis (artikkel 9, Juurdepääsetavus; meetmed d ja f). Lisaks hariduslike erivajadusega ja lugemisraskustega inimestele on lihtne keel vajalik välismaalastele, kes alles õpivad keelt ja vajavad lihtsamaid tekste, ning ka nii-öelda täiesti tavalistele inimestele, kes saavad sedasi info kätte kiiremini ja lihtsamalt.

Tänapäeva infokülluses on mõistetud, et oma sõnumi kohale viimiseks ei piisa sõnumi avalikustamisest – see peab olema ka eristuv ja võimalikult lihtsalt mõistetav. Lihtsa keele olemust ja olulisust selgitavad Kerttu Rakke ja Janek Muru MTÜst Vaimupuu.

Mis teeb lihtsa keele eriliseks?

Juba aastaid on kasutusel termin „selge sõnum“, mille põhimõtted on sarnased lihtsa keele reeglitega ja mida kasutatakse meedias, samuti reklaamide ja (valimis)kampaaniate loomisel: sõnumi tugev sisu, lühidus ja arusaadavus, ent sõnumi vorm peab olema lisaks ka nutikas, naljakas või teravmeelne.

Lihtsa keele puhul ei ole mõtet pingutada värvikate võrdluste või kunstipäraste mitmetimõistetavustega – need võivad tekitada lugejas hoopistükis segadust. Samuti tuleb arvestada, et otsene sihtgrupp on täiskasvanud inimesed, mitte lapsed. Igasugune infantiilsus ja alavääristamine (ka niinimetatud heatahtlik täditsemine) peaksid sõnumist välja jääma.

Kui teksti valdkond puudutab vaid väikest osa sihtgrupist, ei ole mõtet tervet teksti lihtsasse keelde toimetada. Sel juhul on mõistlik lisada tekstile lihtsas keeles kokkuvõte, mis annab aimu teksti sisust ja olemusest. Tavainimese jaoks on see kui huviärataja, teisisõnu õrriti, mille järgi saab otsustada, kas teksti sisu on huvitav ja vajalik või kas teema väärib põhjalikumat süvenemist.

Reeglite järgi lihtsasse keelde pandud tekst varustatakse lihtsa keele logoga. Selle logo kasutamine on mitmes mõttes hea: see on märk, et sinne info

on lihtne ja arusaadav, inimesed oskavad logo nähes kiiret infot leida. Sõnumi edastaja jaoks on see hea võimalus paigutada kõige olulisem info just lihtsas keeles kokkuvõttesse ning olla kindel, et see jõuabki võimalikult paljude inimesteni.

Lihtsas keeles väljenduda on keeruline

Lihtne keel on kollektiivne looming. Mitte ükski kõrgharitud inimene ei saa üksinda toimetada tekste lihtsasse keelde: tema enda igapäevane sõnavara ei ole piisavalt lihtne, ta ei pruugi tajuda sõnade ja väljendite keerulisust, samas võib pidada selgitamist vääriks termineid, mida tunnevad erivajadusega inimesed hästi, kuna neid kasutatakse nende igapäevaelus pidevalt. Inclusion Europe'i lihtsa keele logo kasutamise reeglites (vt www.vaimupuu.ee/euroopa-lihtsa-keele-logo-kasutamine/) on loetletud põhitõed, millest teksti toimetamisel mööda vaadata ei tohi: võimalikult vähe lühendeid, vöör- ja liitsõnu, keerulisemate väljendite puhul sõnaseletus, iga uus mõte uult realt, arvud kirjutada numbritena välja jne. Kõige olulisem reegel on tekstide testimine kerge intellektipuudega inimeste seas. See tähendab, et ilma spetsiaalse testimiseta ei tohi tekstile lihtsa keele logo lisada, ükskõik, kui selge ja arusaadav tekst ka poleks.

Kõige olulisem reegel on tekstide testimine kerge intellektipuudega inimeste seas.

Testimine käib erivajadusega inimeste organisatsioonides, kus kandev roll on tegevusjuhendajal.



Janek Muru ja Kerttu Rakke. Foto: Kalev Lilleorg

Kindlasti peab tegevusjuhendaja olema hea keeletaju ja pedagoogivõimetegega, tundma oma klientide vajadusi ja vajakajäämisi, oskama küsida suunavaid küsimusi, et selgitada raskemaid kohti ja arusaamatuid väljendeid. Lugemisoskusega kliendid testivad teksti loetavust ja arusaadavust, vähema lugemisoskusega kliendid aga saavad avaldada oma arvamust grupidöös, kus tegevusjuhendaja loeb teksti lausehaaval ette ning küsib tagasisidet. Testitud ja kommenteeritud teksti toimetatakse vastavalt tagasisidele veelkord ning testitakse uuesti, soovivalt teises organisatsioonis teiste klientide peal.

Lihtsal tekstil peab olema mõte

Taoline testimine on klientide jaoks mitmes mõttes kasulik. Kuna suurem osa valitud tekstide teemadest on erivajadusega inimestele olulised, saavad nad testimise tulemusel paremini asjadest aru ning tunnevad end väärtuslikuna: nende arvamus loeb! Nad on andnud oma panuse maailma ligipääsetavamaks muutmiseks – valminud tekst on ju edaspidi abiks teistele erivajadusega inimestele.

Vaimupuu on juba mitu aastat tegelenud tekstide toimetamisega lihtsasse keelde, et meie peamine sihtgrupp – kerge intellektipuudega inimesed – saaksid neile suunatud infost võimalikult hästi aru. Samal põhjusel (ja loomulikult ka nägemisraskustega inimeste jaoks) on meie veebis www.vaimupuu.ee kõikidele artiklitele lisatud audiofail. Oleme õppinud nii rahvusvahelistest reeglitest kui ka oma vigadest ning meil on hea meel, et EPIKoda väärtustab lihtsat keelt.

Kõige olulisem reegel, mis on sündinud Vaimupuu meeskonna töös ja mis iga päev aina rohkem tööeks osutub, on lihtne: lihtsasse keelde saab panna ainult sellist teksti, millel on mingi mõte. ●

Lihtsa keele koolitus

Vaimupuu meeskonnal on valminud lihtsa keele koolitus, kus on lahti seletatud ligipääsetavuse nõuded, lihtsa keele olemus ja vajalikkus. Koolitus sobib kõigile, kes puutuvad kokku lihtsa keele ja/või intellektipuudega inimeste teemadega. Huvi korral palun võtta ühendust e-maili kaudu toimetus@vaimupuu.ee.

Mari Puuram, Eesti Puuetega Inimeste Koja ligipääsetavuse nõunik:

Lihtsa keele kasutamine Eesti avalikus ruumis ja enamlevinud tekstide puhul on küllaltki vähelevinud. Eesti riigi poolt aastal 2012 ratifitseeritud ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsioonist tulenevalt on intellektipuudega inimestel samaväärne õigus teistega ühiskonnaelus osaleda. Igapäevaelu puudutavad tekstid, nende sisu, ja sisu esitamine lihtsas keeles on intellektipuudega inimese jaoks olulised ja seda nii eneseteostuse kui info saamise eesmärgil. Lihtsas keeles esitatud sõnumist saavad kasu ka paljud teised, nagu lugemiskeskuste või vähese keeleoskusega inimesed.

Seetõttu väärtustab ka EPIKoda nii igapäevaeluks vajalike tekstide kui nende osade lihtsasse keelde tõlkimist! Selleks alustame Sinuga ajakirjas ilmuvate artiklite kokkuvõtete tegemist ning lihtsa keele ekspertide abil nende lihtsasse keelde tõlkimist. Siinkohal on ka sinu ettevõttel või asutusel võimalus anda oma panus, leides igapäevaelu toiminguteks vajalikke tekste ning hankides sobiva partneri, kes need lihtsasse keelde tõlgib.

Nagu öeldud, võib esmalt teksti tuumast ja olulisemast osast teha kokkuvõtte. Seejärel tuleb leida organisatsioon nagu MTÜ Vaimupuu ja Eesti Vaimupuudega Inimeste Tugiliit, kes tõlgivad teksti koos sihtrühma esindajatega sobivasse vormi nii sisuliselt kui ka esitamise mõttes. Selleks tuleb võtta ühendust otse nimetatud organisatsioonidega.

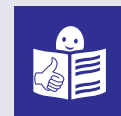
Intellektipuudega inimese jaoks on oluline ka kommunikatsioon piktogrammide kujul. Seetõttu tuleks avalikus ruumis tarvitada piktogrammide osas ühtset standardit ja samas kasutada piisavalt lihtsaid piktogramme, mida ei saa kaheti mõista. Enda asutuse eesmarke ja tegevusi saab avaldada näiteks piktogrammide kujul, samuti võib lisada asutuse telefoninumbri koos vastava töötajaga, kellega saab vajadusel ühendust võtta. Nii me loomegi koos kaasava ühiskonna!



Lihtne keel on vajalik kõigile

Lihtne keel tähendab, et tekst on kirjutatud lihtsate sõnadega.

Lihtsas keeles teksti märgitakse sellise logoga:



Lihtne keel on mõeldud neile, kes ei oska hästi lugeda, kes puude tõttu ei saa kõigest hästi aru, kes ei oska eesti keelt.

Näiteks: välismaalased, kes elavad Eestis.

Vaimupuu liikmed Janek ja Kerttu on mitu aastat lihtsa keele tegelejad.

Selles loos räägivad nad, mis on lihtne keel ja miks seda vaja on.



Eesti Puuetega Inimeste Koja nõuniku argipäev

Mari Puuram | Eesti Puuetega Inimeste Koja nõunik

Esmaspäev, 14. november

Kõrvatropid lahkuvad kõrvast juba umbes viis minutit enne äratust. Peagi heliseb kella viieks pandud äratuskell, mis jätab mulle täpselt 40 minutit uksest väljumiseni. Hoian veel viis minutit silmi kinni ja lükkan siis silmaklapid näolt ära. Riietun eelmisel õhtul valmis pandud rõivastesse. Tavapärase väljanägemine hõlmab kampsunit või jakki ning mugavusele rõhudes teksaseid. Esmaspäevad on minu lemmiknädalapäevad, kuid hommikud mitte eriti.

Kell 05:25 hiilin alla, et teha enne minekut üks soe jook. Seekord saab otsustatud rooibose tee kasuks, sest kohv nii vara mitte ei ärataks, vaid lisaks pigem adrenaliini ja tekitaks rahutust. Juustuvõileiba süüan autos. Sõites kuulan KUKU raadiot, kus saatesarjas „Rõõsikad“ esitatakse „söödavaid“ ja „maitsvaid“ vokaalinstrumentaalteoseid. On pime ja vihma tibutab, kui autoga rongijaama sõidan.

Nõunikuamet kojas tähendab, et suurema osa mu tööajast võtab nõustamine. Vastan nii kirjadele kui ka kõnedele, nõustan võrgustikuliikmeid ja teisi pöördujaid, edastan infot ja uudiseid, ajakohastan ligipääsetavuse-alast infot koduleheküljel, korraldan koolitusi ja infoseminare, kaasan inimesi võrgustikust tagasiside andmiseks seaduseelnõude kohta, koostan arvamusi ja pöördumisi.

Rong Rakverest Tallinna alustab sõitu kell 06:06. Kontrollin kirjakasti, vaatan üle päeva kohtumised ja kirjutan käesolevat artiklit. Esimene kiri on pöördujale, kellele lähetan ülevaate sellest, kuidas ühele rahvusvahelisele kliinilisele uuringule end kirja panna. Vajaliku teabe saamiseks surfan uurin-gus osaleva instituudi kodulehel ja teen märkmeid.

Kell 06:10 kirjutan heale koostööpartnerile ning ta vastab mulle juba viie minuti pärast. Nagu näha, on veel teisigi varajasi ärkajaid!

Kell 07:00 alustan tutvumist hinnapäringuga, kus küsitakse auditit hoone ehituslikule osale ligi-

pääsetavuse vaates. Selle andmiseks on vaja kaasata nelja peamise puude esindajaid, kes on sarnast auditit ka varem läbi viinud ning seepärast panen



Mari Puuram. Foto: erakogu

paika plaani, millise info edastamisega alustada, et saada sisend auditi osas.

Kell 07:35 jõuan Tallinna ja sean sammud Toompuiesteel asuvasse kontorisse.

Kell 07:45 panen kontoris vee keema. Seekord otsustan taimset sorti tee kasuks. Isegi kui näiliselt olen tegus, siis enne kella üheksat teen ainult sisulise töö eelsoojendust.

Kell 08:00 hakkam lugema EPIKoja üldposti, mis ajab nädalavahetuse tõttu üle. Reede pärastlõunal on meile saabunud mitmeid eelnõu ja määruse muutmise teavitusi Eelnõude Infosüsteemist, kuid just reedel oli ühele avaliku sektori organisatsioonile koolitus ligipääsetavuse küsimustes ning postkastini ma kokkuvõttes ei jõudnudki. Lisaks eelnõudele on postkastis vähemalt viis arvet, üks kutse ligipääsetavuse temal kaasa lööma ja ühe mureliku inimese kiri. Eelnõude puhul on seekord tegemist peamiselt tervise ja töötervishoiu teema-

dega, nende seas paar väga spetsiifilist valdkonda nagu õhusaaste ja töökohal lubatud keemiliste ühendite sisalduse lubatavuse eelnõu muutmine.

Kell 08:12 kuulun Pika Hermannini tornist kostuvat isamaa hümnit ja jätkan kirja kirjutamisega.

Kell 08:23 helistab mu noorem õde, kes elab Austraalias. Teisel pool maakera on kell 17:23. Suhtleme kuni 08:52.

Kell 08:45 on koostööpartner kirjutanud mulle Facebooki messengeris, et on haigestunud, mis tähendab, et meie kohtumine lükkub edasi ja tund aega on täna justkui maast leitud!

Kell 08:55 näitab üdini täis poogitud kalender, et on aeg kirjutada raamatupidaja Annele reedel toimunud koolituse asjus, paluda kokku panna arve ja koostada tellijale e-kiri, et küsida koolitusel osalenute käest tagasisidet.

Kell 09:15 on aeg asjad hetkeks kokku tõmmata, sest kell 10:00 pean olema Tallinna Tehnikaülikoolis, et koos suurema seltskonnaga vaadata üle 3. detsembril, rahvusvahelise puuetega inimeste päeva puhul aset leidva kontserdi asukoht nii heli ja valguse kui ka saalis oliivate seisukohalt. Juba istungi Bolti ja sõidan alla Endla tänavast otse Sõpruse puistesse. Taksos vastan saabunud e-kirjadele.

Kell 10:00 kohtume koostööpartneritega ülikooli aulas. Kell 10:10 saabub kooridirigent. Arutelu sisuks on nii meediakajastus, kavade sisu kui ka ülesannete jagamine ja kutsete väljasaatmine.

Kell 11:13 vaatame üle ülikooli toolid-lauad ürituse jaoks ja sõidame tegevjuhiga tagasi Toompuiesteele.

Kell 11:50 söön kodust kaasa võetud kinoa-hapukurgi-päikesekuivatatud tomati salatit, haukan küpsiseid ja joon teed peale.

Kell 11:30 liigutan laua istumisasendist seisuasendisse ja vaatan üle pöördumise ministeeriumile viipekeeleõlkide koolitamise küsimuses. See teema on olnud ootel mitu nädalat ning vajab tegelemist.

Kell 13:30 on meeskonna koosolek, kus arutame tugiisiku teemapäeva, võtame kokku muud kiiremad küsimused ja leiame paarile kõrvetavamale probleemile lahendused.

Kell 14:00 pean koosolekult varem lahkuma, sest ees on kohtumine võimaliku koostööpartneriga ligipääsetavuse ja tulevikus koostöö tegemise küsimustes.

Kell 15:00 on kohtumine partneriga, kellega on pikaajalised plaanid seoses ligipääsetavusega.

Kell 16:15 on aeg vahetada riided, et jõuda ühe liikmesorganisatsiooni aastapäeva tähistamisele kunstimuseumis. Mind oodatakse, on kiire. Vahetan riided kleidi vastu, autos saan istuda esiistmel ning meigile lihvi anda. Lilled tõi töökaaslane õnneks juba päeval ära.

Kell 17:00 algab sündmus ja me tutvume muuseumi eksponaatidega.

Kell 18:30 silme ees virvendab, sest veresuhkur on langenud madalale, kuid peale laululist etteastet algab õhtusöök.

Kell 21:10 pakutakse torti! Kohvi jätan vahele.

Kell 22:36 hea kolleeg viib mu Ülemiste peatusesse, kus saan veel 15 minutit enne rongile minekut jalutada.

Kell 22:06 istun rongis ja avan arvuti, et üle vaadata kirjast.

Kell 23:15 saabun Rakverre. Sõidan autoga koju ja poen otseteed magama, sest järgmisel päeval on äratus taas vara - kell 06:00! Päevad on tegusad ja tihedad, ent nii palju saab tehtud, mõeldud ja kogetud. ●



Eesti Puuetega Inimeste Koja nõuniku päev

EPIKoja nõunik Mari Puuram jutustab, missugune näeb välja tema tööpäev.

Tema pikad päevad on täis suhtlemist, kirjavahetusi ja kohtumisi.



Aastad ja inimesed: invaliidid koduseinte vahel raudse eesriide taga

Eha Leppik | Sinuga kaasautor

► **Öeldakse, et kes minevikku ei mäleta, see elab tulevikuta. Sestap jutustab puuetega inimeste valdkonnas kaua toimetanud Ene Leppik lugejale järjeloona veidi ka möödunud aegadest – kus me tollal olime ning mida meil oli ja ei olnud.**

Kuidas minu jaoks kõik algas

Minust sai Sotsiaalhooldusministeeriumi töötaja 1981. aastal. Olin 40aastane ja tundsin, et vajan oma ellu uusi väljakutseid. Seega, saades pakkumise asuda tööle ministeeriumi, oli otsuse tegemine lihtne. Siirdusin haridussüsteemist sotsiaalsüsteemi.

Alustasin tööd ministeeriumi metoodikakabineti metoodikuna. Minu ülesanne oli uurida ja kaardistada pensionäride ja invaliidide töötamise võimalusi. 1982. aastal kutsuti mind tööle ministeeriumi pensionäride teenindamise osakonda juhtivinspektoriks; tööülesanded jäid ikka samaks – selleks olid pensionäride ja invaliidide küsimused.

Tollal oli ministriks Gustav Sarri. Ministeeriumi ülesanneteks olid tol ajal süsteemi asutuste ja ettevõtete juhtimine, samuti sotsiaalhoolduse korraldamine ja juhtimine. Pensionide ja toetuste valitsus tegeles seadusega ette nähtud pensionide ja toetuste määramise ja maksmise korraldamisega maakondades asunud sotsiaalhooldusosakondade kaudu. Arstliku tööekspertiisi grupp korraldas ja juhtis arstlikku tööekspertiisi, personaal pensionide osakonna ülesanne oli liidulise ja vabariikliku tähtsusega personaal pensionäridele pensioni maksmine, nende abistamise ja nende teenindamise taseme kontroll. Pensionäride teenindamise osakond tegeles invaliidide kutsealase õppe ja ümberõppe korraldamise ja tööle paigutamise kontrolliga, tootmisüksuste organiseerimisele kaasaaitamise, pensioni või toetust saavate kodanike materiaalse ja olmeteennindamise korraldamise alaste abinõude väljatöötamise, protees-ortopeedilise abi organiseerimisega elanikkonnale, spetsialiseeritud liiklusva-

henditega ning sanatooriumipääsmetega varustamise korraldamisega, ühekordsete toetuste määramise ning ENSV Pimedate Ühingu ja ENSV Kurtide Ühingu üldjuhtimise ja Tartu Proteesitööstuse töö koordineerimise ja kontrolliga. Sotsiaalhooldus asutuste osakonna ülesandeks oli sotsiaalhooldus asutuste võrgu väljaarendamine ja nende töö kontroll. Nagu sellest pikast loetelust näha võib, oli ministeeriumil palju selliseid ülesandeid, millega tänapäeval selle ministeeriumi ametnikud enam tegelema ei pea. Ülesandeid oli küll hulgaliselt, kuid töötajaid tunduvalt vähem kui praegu.

Aastatel 1976-1990 pandi hoolekandetöös suurt rõhku personaal pensionäride, Suure Isamaasõja invaliidide ja veteranide teenindamisele. Neile olid ette nähtud mitmed soodustused, sh sanatooriumi tuusikud, soodustingimustel või tasuta sõidua autod ja muud hüved.

Ministeeriumi otsealluvuses olid Tallinna invaliidide internaat-kutsekool, Tartu proteeside ja ortopeediatoodete katsetehas ning personaal pensionäridele mõeldud pension „Merivälja”; vabariikliku alluvusega Aavere, Eivere, Kernu, Kogula, Ravila ja Sõmera internaatkodu; Erastvere, Koluvere, Mõisamaa, Pikavere, Udriku, Valkla ja Võisiku internaatkodud ning abimajand; Imastu ja Karula laste internaatkodu; arstliku tööekspertiisi komisjonid (ATEK).

Vähemaosaliste masendav elu

Eakate ja puuetega inimeste elu korraldamisel esines rohkesti probleeme. Hoolekandeaasutused olid kõik väga halvas olukorras – need asusid vana-

des lagunevates mõisahoonetes, valitses ülerahvastatus, personaliks olid juhuslikud külaelanikud.

Kohutav oli ka puuetega laste olukord Imastu ja Karula laste internaatkodudes, ehkki vanematele, kellel sündis puudega laps, soovitati juba sünnitusmajas laps hoolekandeametisse ära anda.

Ainuke abivahendeid väljastav asutus oli Tartu proteeside ja ortopeediatoodete katsetehas, mille toodete kvaliteet oli väga kehvake.

Sotsiaaltöötajaid ja teisi sotsiaalsüsteemile vajalikke spetsialiste ei valmistatud ette mitte kusagil.

Puuetega inimesed elasid peidetuna nelja koduseina vahele ja hariduse omandamiseks oli neil võimalusi väga vähe. Tallinna invaliidide internaatkoolis olid tingimused kesised, õpetajad eakad ja sealt saadava hariduse kvaliteet madal.

Kus viga näed laita, seal tule ja aita!

Probleeme oli tõesti väga palju. Mis siis andis jõudu ja energiat tegutsemiseks ja motiveeris midagi ära tegema? Selleks olid eelkõige inimesed. Minu tööloigu moodustasid peamiselt puuetega inimeste küsimused ja sedasi puutusin kokku paljude inimeste muredega. Gustav Sarri valitsuse ajal oli minu ülesandeks osaleda kõigil üritustel (ka nendel, mis toimusid nädalavahetustel). Üritustel sain tuttavaks väga toredate inimestega – näiteks Mihkel Aitsam, Mati Mugur, Mati Kuuse, Merike Melsas, Genadi Vaher, Volli Pärnla; samuti kuuluvad siia loetelusse puuetega laste vanemad. Nad õpetasid ja innustasid mind, et muredest tuleb üle olla ja teha kõik, et puuetega inimeste olukord paremaks muutuks.

1988. aasta detsembris avanes mul esmakordselt võimalus viibida erigrupiga Soomes, kus tavalise turismiprogrammi kõrval tutvusime sealse puuetega laste ravi, rehabilitatsiooni ning pensionäride ja puuetega inimeste hoolde küsimustega. Kõik see, mida me Soomes nägime, tekitas suurt huvi ja avas paljudel (ka

minul) silmad selle suhtes, mida üldse tahta ja kuhu poole pürgida võiks.

1989. aastal toimus Eestis kaks suurt üritust, mille oli eriline tähendus tervishoiu ja sotsiaalsüsteemi edasisele arengule: 14.-22. augustil toimus Tallinnas ÜRO invaliidsusküsimustealane nõupidamine ning 22.-26. augustil Rehabilitation International (RI) kongress.

Nõupidamise juhiks olid tervishoiuminister Laur Karu ja tehniliste probleemidega tegeles Tõnu Karu. Meeskonna ürituse korraldamiseks moodustasid haiglate peaarstid, haridusministeeriumist üks daam ja mina sotsiaalministeeriumist. Muidugi ka meie minister Gustav Sarri.

RI kongressil osales palju meie puuetega inimesi erinevatest riikidest. Meeldejäävaks sündmuseks oli osalemine Balti ketis. Tore on meenutada ka seda, et sellel ajal ei olnud Tallinnas ühtegi inva WC-d, aga kuna tuli mitmeid ratastoolis inimesi teistest riikidest, tuli Tõnu Karul organiseerida hotelli "Olümpia" ja Lastepolikliinikusse, kus kongress toimus, esimesed inva WC-d Eestis.

Pärast neid kahte suurt üritust hakati rohkem analüüsima puuetega inimeste ja puuetega laste tege likku olukorda ning planeerima meetmeid probleemide lahendamiseks ja tegevuskavade koostamiseks. Kongressi tulemusi analüüsides selgus, et meie mahajäämus arenenud riikidega võrreldes ei seisnenud mitte niivõrd oskamatuses probleeme näha ja teadvustada, kuivõrd selles, et meil puudusid sellel hetkel praktilised lahendused ja koolitatud spetsialistid ning vajalikud vahendid. ●

Puuetega inimeste ja ühingute minevik

Ene Leppik asus tööle sotsiaal-valdkonnas 41 aastat tagasi.

Siis ei olnud veel niisuguseid teenuseid, nagu praegu, ka sotsiaal-töötajaid oli palju vähem.

Puuetega inimesed ei saanud kodust välja, vaid vähesed said käia koolis.

Hoolde-kodudes ja laste-kodudes oli väga vilets elu.

Ene Leppik tutvus puuetega inimestega ja püüdis nende elu kergemaks muuta.

Puuetega inimesed õpetasid talle, et oma muredest tuleb üle olla.





RI konverentsi tänutseremoonia 25. augustil 1989.
Foto: Tõnu Karu erakogu



1989. aastal oli RI pea-
sekretär rootslane Tomas
Lagerwall. Foto: Tõnu Karu
erakogu



RI konverentsi avapäev 23. augustil 1989.
Foto: Peeter Langovits



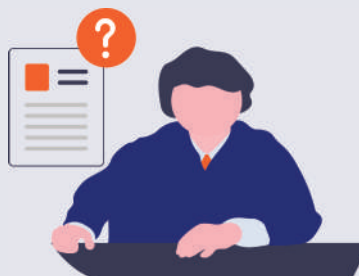
RI konverentsilt lastepoli-
kliinikus 1989. Foto: Tõnu Karu
erakogu



Prillitoosi tervisejooksu
korraldajad. Vasakult Tõnu
Karu, Siiri Oviir, Eha Leppik,
Ilmar Gil Raudsep ja Hagi
Šein. Foto: Tõnu Karu erakogu.

Eesti Puuetega Inimeste Koja tasuta õigusnõustamine

Justiitsministeeriumi toetusel annab järgmisel kolmel aastal erivajadustega inimestele õigusnõu Eesti Puuetega Inimeste Koda (EPIKoda) koos SA Õigusteenuste Bürooga.



Õigusnõustamiseks on vajalik eelregistreerimine SA Õigusteenuste Büroo telefonil 53 850 005 esmaspäevast neljapäevani kell 10–16.

Täiendavat infot nõustamise kohta leiab EPIKoja kodulehelt: www.epikoda.ee/oigusnoustamine



Jälgi meid **Facebookis**
facebook.com/EPIKoda



Vaata **YouTube'is**
youtube.com/EPIKoda



Telli meie **e-uudiskiri**
epikoda.ee/uudiskiri



Kuula lemmikplatvormil
EPIKoja **taskuhäälingut**



EESTI PUUETEGA INIMESTE KODA
THE ESTONIAN CHAMBER OF DISABLED PEOPLE

ISSN 1736-826X



9 771736 826004